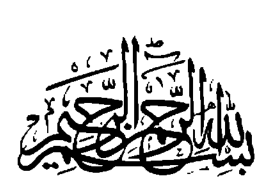


أمومة
سنة أولى



المرجع المفيد لكلّ أب وأم

سنة أولى أمومة


بسم الله الرحمن الرحيم

سنة أولى أمومة

إعـــداد:

د. سحر طلعت

د. عمرو أبو خليل

أ. سمر عبده

د. محمد المهدي

د. هالة مصطفى

القسم الشرعي بشبكة إسلام أون لاين

تحرير

خالد أبو بكر





الدار العربية للعلوم ـ ناشرون ش.م.ل

Arab Scientific Publishers, Inc. S.A.L

إسلام أون لاين.نت

www.islamonline.net

الطبعة الأولى

1427 هـ - 2006 م

ردمك 9953-29-800-9



الدار العربية للعلوم ـ ناشرون ش.م.ل
Arab Scientific Publishers, Inc. SAL
عين التينة، شارع المفتي توفيق خالد، بناية الريم
هاتف: 786233 - 785108 - 785107 (1-961)
ص.ب: 13-5574 شوران - بيروت 2050-1102 - لبنان
فاكس: 786230 (1-961) - البريد الإلكتروني: asp@asp.com.lb
الموقع على شبكة الإنترنت: http://www.asp.com.lb

التنضيد وفرز الألوان: أبجد غرافيكس، بيروت - هاتف 785107 (9611)

الطباعة: مطابع الدار العربية للعلوم، بيروت - هاتف 786233 (9611)

المحتويات

الفصل الرابع: تنمية الذكاء حب.. لعب.. احتواء

الفصل الخامس: من مشاكل سنوات الطفولة الأولى

مقدمة الكتاب

"أي سـلوك غير طبيعي للطفل ما هو إلا رسالة تمرد كرد فعل لخطـأ تـربوي من المحيطين خاصة الوالدين؛ أو حادث واجهه في مـسيرته الحياتية". هذه الكلمات ونحوها يرددها كثير من مستشاري صـفحة "معاً نربي أبناءنا" بشبكة إسلام أون لاين في صدر ردودهم علـى أغلب مشاكل الأطفال السلوكية التي ترد للصفحة.. بالطبع مع غيـرها من النصائح التي تبدأ بتحليل المشكلة وفصل ظواهرها عن أسبابها.

ومـن بـين زخم المشاكل المتعددة والمختلفة يُطل علينا بين الحـين والآخـر - مـن أمهات وآباء يحيون أولى تجارب الأبوة والأمـومة - طـيف من استشارات، هال بعضاً منهم كمّ المشاكل التي يقرءونها على صفحتنا أو في صفحة الحياة اليومية، وتطلّعوا إلى تلافي هذه الصعاب مع أطفالهم، وكثير منهم يحدوه الأمل في امـتلاك أدوات ممارسة التربية الحقة وآلياتها؛ ليتلافوا ولو حثيثاً أي خطأ تربوي أو حادث يواجه أطفالهم، وحتى لا يكونوا سبباً في زعزعة شخصية أطفالهم، أو عن تنشئتهم بما يستحقون من كامل الرعاية والتوجيه.

كثيـرا مـا تأتـي الأسئلة من هؤلاء الآباء الشباب عن ماهية التربية السليمة والتنشئة السوية، وعن وضع الأهداف التربوية، وعن تكاملية دور الوالدين في رعاية الطفل، وعن مهارات الوالدية، وعن احتياجات الوليد النفسية والمعيشية..

يـسألون عن صحة أطفالهم وعن أسباب غضبهم، وعن كيفية توجـيه انطـلاق الأطفـال وحوادث اكتشافهم للعالم من حولهم دون استشعارهم للأبعاد أو الأخطار أو غيرها من مشاكل عدم الاستجابة الـسريعة لتوجـيه الوالدين وحلمهما بطفل هادئ وديع.. وفي الوقت نفـسه مـتوقد الـذكاء شديد الانطلاق.. في معادلة تبدو غير واقعية الـتحقق بـسهولة دون بذل الجهد والتحلي بالصبر والإيمان والسعي للاطـلاع علـى كـل جديـد في مجال التربية والاستفسار وطلب المـشورة، ومن قبل كل ذلك العزم على تقديم الأفضل لأطفالنا مهما كلّفنا من الجهد.

هـذه التساؤلات وغيرها وردت إلى صفحة "معاً نربي أبناءنا" بـشبكة إسلام أون لاين، وأجاب عنها مجموعة من خيرة مستشارينا التربويين في المجالات التربوية والنفسية والمعرفية والصحية.

ورغم ما قدمناه من مادة فإنها حبيسة الشاشة، يلهث وراءها من يملك الوقت للبحث والقراءة أمام شاشة الكمبيوتر.

من هنا كانت الرغبة في الاتجاه إلى النشر الورقي عبر سلسلة كتب "معاً نربي أبناءنا" التربوية.

وفـي هـذا الكتاب الذي بين أيدينا "سنة أولى أمومة" مجموعة مختارة من الاستشارات والمقالات التي نشرت ضمن مجموعة كبيرة من استفسارات زوار الموقع التي تتجدد كل يوم بسؤال جديد وإجابة من أحد مستشارينا يلتمس فيها الجديد من زوايا المعالجة رغم نمطية المـشكلة، محاولين في المعالجة المزج بين الجديد مما توصلت إليه الأبحاث التربوية المجربة والمعتمدة وبين خبرتهم الشخصية في واقع تعـاملهم المهني والمعيشي مع أطفالهم والمحيطين بهم، مجتهدين في

كـــل إجابة أن يجلوا الحقيقة، وأن يفنّدوا الأسباب، وأن يبثوا في ثنايا إجابـــاتهم لـــصاحب الاستشارة كل معلومة تربوية ممكنة عن طبيعة المرحلة التي يمر بها الطفل واحتياجاته تبعا لهذه المرحلة، وما يحتاج إلـــيه الـــوالدان أنفسهما من تطوير لمهارات نفسية ومعرفية للتعايش المـــريح والمثمـــر مـــع هـــذه المرحلة دون إخلال بحقوق الطفل أو الوالدين.

هـــذا الكـــتاب يبدو من الوهلة الأولى أنه يعرض لمجموعة من المـــشاكل، لكـــنه فـــي الأساس يهدف إلى أن يكون ذا طبيعة وقائية وإفهامـــية: وقائية لكل أب وأم يستقبلان مسؤولية الوالدية لأول مرة، وإفهامـــية لكل والد لديه طفل يعاني تجاوز سنوات الطفولة الأولى، ويعانـــي مـــع والديـــه من مشكلات لا يفهم الآباء لها سبباً.. وأعود لأكـــرر نفس الجملة التي بدأت بها: "أي سلوك غير طبيعي للطفل ما هـــو إلا رســـالة تمرد كرد فعل لخطأ تربوي من المحيطين خاصة الوالدين؛ أو حادث واجهه في مسيرته الحياتية".

وخـــتاماً، هل نبدأ – إن جاز التعبير – في المصالحة التربوية مـــع أنفـــسنا، أو كما أعلن أحد زوار الصفحة عن "التوبة التربوية"، فيصحح من فاته الاستعداد لرحلة التربية مساره، ويستعد كل أب وأم على أعتاب "سنة أولى أمومة" أو يحيونها؟

مديحة حسين

محررة الشأن التربوي بشبكة إسلام أون لاين

الفصل الأول

أبجديات تربوية

تكاملية الأمومة والأبوة

د. يوسف القرضاوي

تبدأ الأسرة أول ما تبدأ بزوجين.. رجل وامرأة يربط بينهما رباط مقدس هو "الزواج" الشرعي المعلن الذي يباركه الله، ويقدّره الناس، وتقوم على أساسه حقوق وواجبات، ويهب الله سبحانه وتعالى لمن يشاء منهم الإناث ولمن يشاء الذكور.. فتكون الأمومة والأبوة وتكون البنوة.

وتبدأ الأسرة الضيقة في الاتساع شيئاً فشيئا؛ فالأولاد هدف أساسي من أهداف الأسرة، وأهداف الزواج، عملاً بقوله تعالى: ﴿وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا وَجَعَلَ لَكُمْ مِنْ أَزْوَاجِكُمْ بَنِينَ وَحَفَدَةً﴾ (النحل: 72)؛ من ثمَّ نحن بصدد مناقشة مسألة تكاملية الأمومة والأبوة من أكثر من جانب، منها الحقوق والواجبات الوالدية، وبعض الإشكاليات المتعلقة بالأمومة غير المتزوجات ومحنة اللقطاء وعملية تربية الأطفال وبعض من إشكالياتها.

حقوق وواجبات

بمجرد ولادة الأولاد في الأسرة تنشأ "الأمومة والأبوة" وهما المعينان الكبيران أو النبعان الدافئان بالحب والحنان والإيثار، ولكل من الأمومة والأبوة حقوق وعليها واجبات، فأما حقوق الأمومة والأبوة، فأولها على الأولاد - أبناء كانوا أو بنات - حق البر والإحسان، وهو حق دعت إليه الديانات السماوية جميعاً، ويشدد

الإسلام في بر الوالدين والإحسان بهما يقول تعالى: ﴿وَقَضَى رَبُّكَ أَلاَّ تَعْــبُدُوا إِلاَّ إِيَّــاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلاَهُمَــا فَــلاَ تَقُــلْ لَهُمَــا أُفٍّ وَلاَ تَنْهَرْهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلاً كَرِيمًا * وَاخْفِــضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا﴾ (الإسراء: 23 و24).

وإذا كــان الإسلام أوصى بالوالدين بصفة عامة، فإنه أشار إلى معاناة الأم أكثر مما يعانيه الأب؛ لذا أوصى الرسول ﷺ بالأم ثلاث مرات وبالأب مرة واحدة، كما أنه لا تقتصر رعاية الأمومة والأبوة علـــى الأولاد وحدهم، بل على المجتمع كله أن يرعى أمومة المرأة إلـــى أن تلـــد، وإذا كانت موظفة فينبغي أن يخفف عنها عبء العمل الوظيفـــي، وإذا وضـــعت فـــلا بد أن تعطى إجازة مناسبة للأمومة والإرضـــاع، علـــى أن يكون ذلك براتب كامل؛ لأنها تؤدي للمجتمع مهمة لها قدرها وأهميتها.

ذكـــر البروفيسور "جاري بيكر" الحاصل على جائزة نوبل في الاقتصاد أن "المرأة الجالسة في بيتها لرعاية الأولاد وحسن تنشئتهم تـــساهم في تنمية الاقتصاد القومي بنسبة 25% إلى 50%، وهذا ما يجهلـــه الكثيـــرون الذين يحسبون أن المرأة التي تقوم بمهمة الأم في بيتها عاطلة، وقد تمثل في نظرهم عبئاً على الإنتاج القومي.

وإذا كانت الأديان كلها قد عنيت بالأمومة وحقوقها فإن هناك ما يـــضيّعها، فمـــسألة تقـــسيم الأمومة بين امرأتين: الأم المورثة والأم الحاملة والوالدة إفساد لمعنى الأمومة التي عنيت بها الأديان، ورتبت عليها حقوقاً وواجبات، فقد ضاع معنى الأمومة، وتاهت حقيقتها بين المرأتين المذكورتين، فلئن كانت صاحبة البويضة هي التي تنقل إلى

الطفل كل ما يمكن أن يرثه منها ومن أبيه ومن أسرتيهما.. فإن صاحبة الرحم هي التي عانت ما عانت في حملها وولادتها، وغذته طوال فترة الحمل من دمها. وهذه المعاناة لها أهميتها ودورها في إبراز معنى الأمومة واستحقاقها بسببها البر والإحسان.

يتيم الأبوين.. وهما حيان

حرمان الطفل من أحد والديه، مثل حرمانه من أب ينتسب إليه ويشعر برعايته له جريمة كبرى وإثم عظيم، كما نرى ذلك في قضية "أولاد الحرام" الذين تحمل بهم أمهاتهم حملاً غير شرعي؛ فموجة الإباحية التي قذفت بها الحضارة المعاصرة هي التي أدت إلى ظهور أمهات غير متزوجات، وذلك نتيجة انتشار الزنى، وحمل النساء من الحرام، وهو الذي حرم الأبناء والبنات من آبائهم الحقيقيين، وأشنع من ذلك محنة اللقطاء الذين لا ذنب لهم إلا شهوة الآباء والأمهات، فعاش الابن يتيم الأبوين وهما موجودان بل أكثر من ذلك عاش مجهول الأبوين.

تكامل التربية

تربية الأطفال تتطلب ما هو أكثر من الجهد؛ فالطفولة الإنسانية هي أطول طفولة وأعسرها بالنسبة للحيوانات كلها، فمن الحيوانات والطيور ما يصبح صالحاً للحركة والانطلاق بمجرد ولادته. ولكن الله تعالى علم أن الإنسان يحتاج إلى طول عناية وتدريب وتعليم وتأديب. ومن هنا جاءت مسؤولية الأبوين اللذين أنجباه، وكانا سبب خروجه من ظلمة العدم إلى نور الوجود، ومسؤوليتهما عن رعاية الجانب المادي في حياته وعن رعاية الجوانب الأدبية والروحية

كـذلك، وأول مـا يجـب علـي الأبوين هو إرضاع الطفل.. ولكن الحـضارة الحديثة أوحت إلى النساء أن يضنن على أطفالهن بلبنهن ويكتفـين بالرضـاعة الـصناعية ليحـتفظن برشاقة الجسم؛ فحقيقة الرضـاعة ليست مجرد وصول اللبن إلى معدة الطفل، بل هي أكبر مـن ذلـك وأعمق؟! إنها التصاق بصدر الأم وشعور بدفء حنانها، حين تضمه إليها، ويمتص من ثديها غذاءه المادي، ومن حرارة قلبها ووجـدانها غـذاءه العاطفـي، علـى أن لبن الأم لا يعادله لبن آخر صناعي.

أمـا حـق رعايـة اليتيم فالإسلام يعتبر كفالة اليتيم من أعظم الأعمال الصالحة التي تقرّب إلى الله عز وجل، وقد طلب الإسلام من المجـتمع المسلم أمرين يتعلقان باليتيم: الأول المحافظة على ماله إن كـان له مال، قال تعالى: ﴿وَلاَ تَقْرَبُوا مَالَ الْيَتِيمِ إِلاَّ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ حَتَّى يَبْلُغَ أَشُدَّهُ﴾ (الأنعام: 152)، والثاني الحفاظ على شخصية اليتيم فـلا يقهر ولا يدع ولا يهان كما قال سبحانه وتعالى: ﴿فَأَمَّا الْيَتِيمَ فَلاَ تَقْهَـرْ﴾، وأسـوأ مـن ذلك أن يبتلى الطفل بأبوين مشغولين عنه لا يفكران فيه؛ فهذا هو اليتيم الحقيقي الذي قال عنه أمير الشعراء أحمد شوقي:

ليس اليتيم من انتهى أبواه من همّ الحياة وخلفاه ذليلا

فأفاد بالدنيا الحكيمة منها وعاش تعليم الزمان بديلا

إن اليتيم هو الذي تلقى له أمّاً تخلت أو أبا مشغولا

ومـن تكامل الأبوة والبنوة أن يتفاهم الوالدان ويتعاونا معاً على حـسن تربية الأولاد تربية متكاملة، روحياً بغرس الإيمان والعبادة، وعقلياً بحسن الفهم والثقافة، وخلقياً بحسن الأدب والفضيلة، وجسمياً

بالـــنظافة والرياضة واجتماعياً بحب الخير وخدمة الجماعة، وسياسياً بتعليمه الولاء لأمته ولعقيدته، وفنياً بغرس الشعور بالجمال في الكون من حوله. وهذه التربية مهمة صعبة يسأل عنها الوالدان معا، كما قال النبي الكريم: "كلكم راع وكلكم مسؤول عن رعيته" وليس بما يكتفي بعض الآباء بتوفير الناحية المادية لأولادهم فقط.

ومن تكامل الأمومة والأبوة أن يتفاهما معاً على نهج واحد في التـــربية؛ فلا يجوز أن يأخذ الوالد منهج الشدة والقسوة على الأولاد، علـــى حـــين تأخذ الأم نهج التساهل والتدليل، وإنما عليهما أن يتخذا المـــنهج الوسط الذي لا يسرف في الشدة ولا يغلو في التدليل، ولهذا أنكـــر النبي ﷺ على بعض زعماء الأعراب الذي استغرب أن يقبّل النبـــي ﷺ خـــد أحفاده، حتى قال للنبي: "إن لي عشرة من الولد، ما قبلت منهم أحداً قط"، فنظر إليه النبي ﷺ ثم قال له: "من لا يَرحم لا يُرحم".

الأمهات الجديدات.. ودموع التماسيح

د. عمرو أبو خليل

جاءتنـــي تبكي بكاءً حارا وتذرف دموعاً ساخنة، بدأت بقولها: أبنائي سبب مشكلتي، لا أعرف ماذا فعلت معهم حتى يعاملوني بهذه الطـــريقة، لقد أفنيت عمري من أجلهم، إن أباهم ضابط شرطة، كان معظـــم الـــوقت ينتقل بين البلاد ولا يراهم إلا قليلاً، وتحمّلت أنا كل أعـــبائهم، وحتى حين عاد واستقر معنا كان سلبياً لا يقوم بشيء، فأنا التـــي كنت أذهب للمدارس، وأنا التي أذاكر لهم دروسهم، وأنا التي أذهب معهم إلى النادي، وأنا التي أشتري لهم ملابسهم. كنت أفعل لهم كـــل شـــيء. تـــرى بعد كل هذا العناء الذي عشته معهم ماذا يكون جزائي؟!

ضياع العمر

تمـــثّل الجزاء الذي حصلت عليه في أن ابني الأكبر البالغ من العمـــر 21 عاماً بأن يرفع صوته عليّ، ويرد عليّ بصورة سخيفة، فـــضلاً عن أنه رسب في دراسته الجامعية؛ لأنه مشغول على الدوام بالجلـــوس إلـــى الكمبيوتـــر، والدخول إلى المواقع الإباحية، وأخوه الأصـــغر - 19 عامـــاً - يفعل مثله، وزاد أنني وجدت في ملابسه قطعـــة مـــن الحشيش، وعندما واجهته بها هز كتفيه بلا مبالاة، ولم أسـتطع أن أفعـــل معـــه شيئا، وحتى البنت ذات الـــ 12 عاماً هي الأخرى تريد أن ترفع صوتها عليّ وتقول: لمَاذا هم يرفعون صوتهم

ويفعلــون مـــا يــريدون؟ وهـــي دائمـــة اللوم لي؛ لأنني لا أستطيع مواجهـــتهم؛ وخاصـــة أنها تفتح الكمبيوتر، وتفاجأ بالصور الإباحية المخـــزنة علـــى ذاكرتهِ، وعندما أهددهم بأبيهم يقولون: أين بابا؟ إنه لـــيس له دور في حياتنا. والأب لا يتدخل، بل إنه بدأ في الانسحاب مـــن حياتي كزوج أيضاً، وطلب مني أن يستقل بغرفة نومه، وارتفع صوت بكائها.

وتابعـــت: إنني أشعر أنني أفقد كل شيء.. أولادي، وزوجي.. مـــاذا فعلت؟ ثم سكتت للحظة وعاودت الحديث بسؤال مفاجئ مؤداه: ماذا كانت تفعل أمهاتنا؟ ولماذا نجحت أمهاتنا وفشلنا نحن؟! كان هذا الـــسؤال هو الأخطر فيما قالته هذه الأم المكلومة في أولادها، وكانت الإجابـــة هـــي السبب في كتابة هذا المقال؛ لأنها نبّهتني إلى ظاهرة خطيـــرة بـــدأت تستشري وسط الأمهات، وسبّبت وتسببت بكوارث مدمّـــرة علـــى الأسرة، أكاد أراها وأرصدها كل يوم مع كل مشكلة تتعلق بالأبناء، ولكن جاء هذا التساؤل المباشر من هذه الأم ليجعلني أسجّلها حتى ينتبه الجميع.

أمهات الماضي

فـــي بساطة وإيجاز وحسم قلت لهذه السيدة: هل تعرفين الفرق بينك وبين أمك؟ أو بين كل الأمهات الجديدات وبين أمهاتنا؟

ومـــضيت قائلاً: إن آباءنا كانوا أيضاً لا يقضون معنا إلا أوقاتاً قصيرة بحكم ضغوط العمل، أو ظروف المعيشة، وكانت أمهاتنا يقمن بكـــل الأدوار التـــي تقمـــن بهـــا الآن بيسر وسهولة معشر الأمهات الجديدات، أما أمهاتنا فلم يكن لديهن غسالة فول أتوماتيك، أو مكنسة كهـــربائية، ولـــم يكن يعرفن خدمة "توصيل الطلبات إلى المنازل" أو

المدرسين الخصوصيين في كل المواد، أو أتوبيس المدرسة.

وبعد عودتنا من المدارس نجدها قد جهّزت الطعام على أحسن مـــا يكون؛ ليجلس الجميع على المائدة، وليكون أول ما تذكره هي أن تدعـــو الأب للطعام، معلنة له أنه يشقى ويتعب من أجلنا، وأننا نأكل من خيره، ويبتسم الأب.

وتذكيـــر الأم لـــنا بأن الأب يشقى ويتعب يرسخ بداخلنا مع كل لقمـــة نأكلهـــا رسالة مؤداها "أن لأبينا دوراً كبيراً في حياتنا"، وهكذا تـــزرع الرسالة في الحمض الأميني في جيناتنا، فأبونا هو الحاضر الغائب، فهو الحاضر بتذكير أمنا دائماً بتعبه من أجلنا وهو الحاضر؛ لأن أحـــد الدوافع المهمة للنجاح هو إرضاء أبينا؛ ولذا فإن إغضاب الأب يـــصبح جريمة لا تغتفر، ويصبح إبلاغ الأب بأحد الأخطاء هو أشد العقوبات التي تقع على أحدنا.

وكانت النتيجة الطبيعية لكل ما سبق أن الأم عندما تحتاج الأب وقـــتما يصعب عليها حل مشكلة يكون وجوده طبيعياً، ويكون إذعان الأبـــناء لحـــضوره منطقيا. والأب نفسه كان بمجهود قليل منه تراه حاضـــراً فـــي حياة أبنائه خلال الساعات القليلة التي يقضيها معهم، تجـــده يشع الدفء والحنان والطمأنينة؛ لأن الأرض مهيأة لحضوره من خلال زوجة وأم تفهم دورها في تكامل علاقتها مع زوجها وأبي أبنائها.

الأمهات الجديدات

وواصلت حديثي لهذه الأم المكلومة قائلاً: أما أمهاتنا الجديدات اللائـــي تنتمـــين إليهن يا سيدتي فيستمتعن بتغييب الأب؛ انطلاقاً من

ثقافـــة الندية في العلاقة بين الزوج والزوجة؛ وبالتالي ترى الزوجة أنهـــا تعمـــل مثلما الزوج يعمل، أو يمكن أن تعمل أو يمكن أن تأتي بدخل، وبالتالي فعلى الزوج أن يقوم معها بمهامها.

ورغـــبة في الظهور بمظهر البطولة - التي غالباً ما تكون في غيـــر محلهـــا - تظـــل الزوجة في الشكوى من زوجها، والأطفال يـــسمعون كـــيف أنهـــا تقوم بكل شيء، وكيف أن أباهم لا يفعل أي شيء، غير أنه يأتي ليأكل وينام، والأطفال يصدقون، فهم لا يتخيلون أن هـــذه المعيـــشة الصعبة التي تشكو الأم فيها من قيادتها لسيارتها طـــول النهار لتوصيل الأولاد للمدرسة والنادي، إنما هي نتاج تعب هذا الأب لكي يوفر لهم هذه الحياة.

إن أمهاتنا الجديدات لا يرين إلا ما يفعلنه هن، إنهن يتعبن جداً في إنفاق المال على الأولاد، وتحقيق طلباتهم، أما هذا الذي يتعب من أجـــل توفيـــر متطلـــباتهم فهو لا يفعل شيئاً إلا أن ينام ويأكل فقط. وتجلس الأمهات مع بعضهن متباهيات بتغييبهن للآباء، وتشكين مما يبذلـــنه مـــن جهود، ومن أجل تأكيد ذلك يبالغن فيما يفعلنه من أجل أولادهـــن؛ فيتحملن عنهم كل مسؤولية، ويغدقن عليهم في كل شيء، فهـــن يـــردن أن يحكمـــن الحلقة عليهم فلا يرون إلا أمهاتهم، وهن بصنيعهن هذا لا يعلمن أنهم يزرعن الأنانية، وعدم تحمل المسؤولية، واللامـــبالاة، والرغبة في الحصول على كل شيء بيسر وسهولة في نفوس الأبناء.

والآبـــاء يرون ذلك ويسمعون الاتهامات يومياً، ويتخيلون فعلياً أنهم مقصرون في حق زوجاتهم وأولادهم، فيؤثرون الصمت على ما يحدث، وبعد قليل ينسحبون حيث يصدّقون أنهم بالفعل ليس لهم دور،

وعـــندما يكبر الأبناء، وتبدأ المراهقة وتشعر الأم بحاجتها إلى الأب، فتـــستدعيه في نفوس الأبناء الذين يهزون أكتافهم مستهزئين: أي أب هـــذا، أهذا الذي لا يفعل شيئاً إلا أن يأكل وينام ولا يهتم بنا، وعندما تستدعي الأب تجده قد انسحب؛ لأنه في الحقيقة يعلم أنه لا وجود له في نفوس أبنائه فقد ألغته الأم، وهي لا تعلم أنها ستحتاجه في يوم من الأيـــام، ويتمـــرد الأبناء على أم قد ربتهم على الأنانية، وعدم تحمل المـــسؤولية، ولا يجـــدون أحـــداً يحترمونه، فالأمهات وهن يشوّهن صـــورة الآبـــاء لا يـــدركن أنهن يشوّهن منظومة "الوالدية" بأكملها فتنـــسحب الصورة عليهن، ويرفضهن الأبناء كما يرفضون آباءهم، وعندها تأتي الأم لتشكو، وتذرف دموع التماسيح، فهي تجني حصاد ما زرعته يدها، وهي تعلم أو لا تعلم.

التربية منذ الولادة.. دروس من النبات

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته..

أولا أحـــب أن أشكر القائمين على هذا الموقع الرائع بارك الله فيكم، وأثابكم عنا خيراً بإذنه.

أنا أم لطفل عمره الآن 8 أشهر، وأريد أن أعرف هل تبدأ تربية الطفل الآن. أقصد هل إذا أعطيته الآن كل ما يريده هل أجعله طفلا مدللاً؛ لأنه الآن بدأ يبكي إذا أخذت منه أي شيء بيده كان يلعب به؟ فمتـــى تبدأ التربية؟ وسؤالي الثاني هل يمكن أن أبدأ معه تعليمه عدم التبول في حفاظه أم ما زال الوقت مبكراً على ذلك؟

مدام نرمين – السعودية

الرد

المستشار: أ. سها السمان

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، أختنا الفاضلة..

بارك الله لك في ابنك وجعله وأبناءنا من الصالحين.. اللهم آمين.

دعينـــي أولاً أختنا الفاضلة نفهم معاً ما معنى كلمة تربية، وهل هي كلمة شاملة أم أنها كلمة تتسم بالخصوصية؛ فهي مما لا شك فيه كلمة شاملة وتحتوي بداخلها على مفهومين من أهم الأشياء في حياة الإنسان وهما التعليم والرعاية.

أما التعليم فإما تعليم ديني أو تعليم دنيوي.

وأمـــا الـــرعاية فهـــي رعايـــة من كافة النواحي بدنية وعقلية وأخلاقية، فإذا استطاع كل منا أن يحافظ على التعليم والرعاية فقد قام بعملية التربية بطريقة صحيحة وناجحة بفضل الله تعالى.

وقـــد يعتقد البعض بأن التربية هو أن يقسو الآباء على أبنائهم، ولكنه مفهوم خاطئ؛ لأن القسوة لا تؤدي إلى تربية الطفل، ولكن في بعـــض الأحـــيان تقوم بعملية كبت للطفل، ولكننا في أسلوب التربية نحتاج إلى شيء من الشدة والحزم.

ودعيـــنا نتذكـــر عملية زرع أي نبات، علينا قراءة ما يساعدنا علـــى ذلـــك، ونرى في بعض الأحيان أن بعض النباتات تحتاج إلى ربطهـــا بعصا حتى لا تميل مع الرياح.. فهل إذا رأينا هذا نقول إنها قـــسوة وعدم رأفة بالنبات بالطبع لا؛ لأن النبات في حاجة إلى ذلك، كذلك الطفل في تربيته يحتاج إلى الشدة في كثير من الأحيان، خاصة فـــي الصغر عند بداية تربيته، وكما تقولين أختنا الفاضلة إن ابنك بدأ يبكي إذا أخذت منه أي شيء ويريده، وهذا دورنا في تعليمه ما يصح أن يأخذه وما يجب عليه أن يتركه، فلا يعلم الطفل الفرق بين الشيء النافع والضار بالنسبة له، وأن عليه الاستماع إلى كلام والديه أو كل من هو أكبر منه وله احترامه.

وإن علـــيك ألا تصغي إلى مطالبه في كل الأوقات، وأنه يجب عليه أن يعرف أن هناك كلمة لا، كما أن هناك كلمة نعم.

وكـــذلك تعبيرات وجهك يجب أن يعرفها، إن فعل شيئاً حسناً ابتـــسم وجهـــك، وإن فعـــل شـــيئاً خطأً فلا تضحكي، اذهبي إليه لتفهمـــيه وتصححي له أخطاءه، فكثير منا عندما يصدر من الطفل لفـــظ أو حـــركة غير لائقة نضحك جميعاً ونقول إنه طفل لا يفهم

وبالطبع خطأ؛ لأنه يفهم أن هذا الشيء ينمّ عن رضاكم فيفعله مرة وأخرى.

ويتكرر طوال الوقت ونحن نقول إنه طفل لا يفهم شيئاً وعندما يبدأ يكبر ويعي ويبدأ في فعل هذه الأشياء غير اللائقة نبدأ في معاقبته، ونقول له إنه فعل فعلاً خاطئاً، ولكنه ليس ذنبه وإنما الخطأ علينا؛ لأننا لم نقم بتعليمه منذ الصغر الصواب والخطأ، وفي هذه الحالة يحدث للطفل شعور بالحيرة؛ فما الخطأ الذي قام به وهو ما تعوّد عليه منذ الصغر ولم يقم أحد بمعاقبته وإنما كانوا يضحكون من هذا الفعل.

ومن هنا نقول إن التربية تحدث منذ الولادة، فمثلاً في عمر ابنك علينا أن نتبع:

1. الروتين اليومي:

يكون بوضع جدول روتيني يومي للطفل، من موعد للنوم، وموعد لكل وجبة طعام، ومحاولة أن يكون مكان نومه في حجرة أخرى غير حجرتك، ولا يتبع معه الهز وقت النوم وإنما إطعامه وتغيير الحفاظة له وتركه للنوم، وإن بكى فاستجيبي له وادخلي عليه الحجرة لا لتحمليه، ولكن لكي تطمئنيه أنك بجواره، وكل يوم حاولي تأخير استجابتك لبكائه حتى يتعود على النوم وحده، ولكن مع ملاحظة أن بكاءه لا يكون بكاء تألم، فإن كان بكاء لألم ما فعليك الاستجابة السريعة له.

2. اتباع وسيلة الصواب والعقاب معه:

فإن فعل شيئاً حسناً فله مكافأة، وإن فعل شيئاً خطأ فعليك معاقبته بلومه وتغير حالة وجهك بعدم رضاك من هذا الأسلوب.

3. اختيار الألعاب المفيدة:

فعند ذهابك لاختيار ألعاب لطفلك حاولي أن تفكري في مدى انتفاع الطفل من هذه اللعبة، هل ستنمي مقدرته اللغوية أو المقدرة الذهنية؟ لا تختاري ألعاباً بها حركة كثيرة ومصاحبة لموسيقى سريعة؛ لأن الطفل يتأثر بها وينتج عنها نوع من أنواع العصبية لديه.

4. اللعب معه وقراءة القصص:

اللعب مع الطفل ومحاولة الانتفاع من هذه اللعبة بقدر المستطاع، فمثلاً عندما نقوم بمسك لعبة بها ألوان أو أشكال نستفيد منها بتعليمه أسماء الألوان ومعرفة الأشكال المختلفة، وفي المستقبل تقومين بالاستفادة منها في الطريقة الحسابية، مثلاً عدّ الألوان ومعرفة أسماء الأشكال.

إحضار القصص المسلية له، وأن تكون الصور أكبر من الكلام أو من الأفضل ألا يكون بها كلام على الإطلاق، فقط صور، وأن تحاولي إحضار هذه الصور له على الطبيعة، فمثلاً إن كانت القصة تتكلم عن الحيوانات فأحضري له مجموعة الحيوانات وقومي بإعطائها له وتقليد أصواتها أمامه، وأن تستفيدي من كل شيء في الموضوع، كأن توصلي إليه معرفة السعادة والغضب عندما تقومين بقراءة القصة، حاولي أن تكون ملامح وجهك تتماشى مع كلامك، فإن كان هناك غضب فقومي بفعل هذا، وإن كان هناك فرح فابتسمي له.

5. دور الأب في تربيته:

وهذا من أهم الأشياء فيجب عليه أن يرى والده كل يوم إن كان

هـذا في الإمكان، فإن كان الأب يعمل في نفس البلد ومتواجداً معكما فحاولـي أن يراه ابنه كل يوم قبل الخروج إلى العمل وعند عودته، وأن يجلس معه ويلعب معه، وعلى أن تتفقا على معاملة الطفل معاملة واحدة في التربية ولا تتناقشا أمام الطفل في أي شيء يخصه على الإطلاق، فعليكما التعوّد على ذلك حتى تستريحا عندما يكبر ابنكما.

أما بالنسبة لموضوع الحفاظة فما هي إلا لمساعدة الأم في فترة معينة من عمر الطفل، وعلينا ألا نتكاسل في تركها فترة طويلة معه، وإنما كلما كان تركها في وقت سريع أفضل من التأخير، وكل على حسب مقدرته.

وندعو الله سبحانه وتعالى أن يوفّقك وإيانا إلى ما فيه الخير، ونحن على استعداد تام للتواصل معك في أي وقت.

سؤال غير بريء.. كيف أصنع ضفدعاً؟

ابني عمره سنة ونصف.. كيف أستطيع أن أجعل منه شخصية قــوية وقادرة على اتخاذ قرار، وذلك بمشيئة الله تعالى؟ ولكم جزيل الشكر.

سعد النادري – السعودية

الرد

المستشار: أ. نيفين عبد الله صلاح

الـــسلام علـــيكم ورحمة الله وبركاته.. أخي الكريم، أسعد دائماً بكـــل سؤال، ولكن سعادتي تكون مضاعفة حين يكون السؤال خارجاً عن إطار المشكلة المُلِحَّة، ويتعداها إلى محاولة لرسم سياسة تربوية سليمة، أو محاولة لبناء وجهة نظر تربوية.

ولا أدري لماذا أثار السؤال مخيلتي لأرسم صورة لشخصية هذا السائل؟ أتكون شخصية قوية؛ فينتابها الرغبة في أن يكون ابنها قوي الشخصية تماماً مثلها؛ فتنساق على غير رغبة منها لمحاولة القولبة؟ أم يكـــون ممـــن يشعرون بضرورة بناء شخصية قوية فحسب؟ وهو أمر محمود لا ريب.. أيّاً كان الأمر فإنني أدعو لك بالتوفيق.

ودعـــنا نحـــاول ســـويّاً أن نضع إطاراً يتضمن بعض صفات الشخصية القوية؛ حتى يتسنى لنا من ثَم أن نعرف كيف نبنيها.

فنقول مثلاً: إن الشخصية القوية تملك صفات منها أنه:

- يدرك بوضوح الصواب والخطأ.
- لديه قدرة على اتخاذ قرار سليم.
- لديه ثقة عالية بالنفس دون إفراط أو تفريط.
- لديه قدرة على التأثير في المحيطين به.
- لديه قدرة على الإقناع بوجهة نظره.
- لديه نظرة فلسفة واضحة للحياة.
- لديه سعة أفق وثقافة قوية.

هذا بعض مما جال بذهني حين أردت أن أحدد بعض - وليس كل - ملامح الشخصية التي تتسم بالقوة، وأظنك قادراً على إضافة العديد من الصفات الأخرى، وإن أردت فتمثل صورة المصطفى - ﷺ - في ذهنك لتقف على صفات لا تنتهي، وهي بلا ريب مما يندرج تحت "الشخصية القوية" إذا صح التعبير، وصدق الله العظيم حين قال في كتابه العزيز: ﴿لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ﴾، فهذا أقصر الطرق سيدي لنعرف ما هي الصفات التي ننشئ عليها برعماً مسلماً، جزاك الله عنه خير الجزاء.

وأترك لك دراسة متأنية لحياة النبي ﷺ وأعود بك حيث وقفنا على بعض صفات الشخصية القوية.. وكيف نبنيها..

- اغمر طفلك بالحب والحنان؛ لأن هذا الإشباع العاطفي من شأنه أن يجعله ثابتاً قويّاً، ولكن دون تدليل، ودع هذا الحب ينطلق تجاه ابنك بمفرداته؛ أي بما يشعره في كل مرحلة عمرية بالحب والاهتمام، وأنه شخص مرغوب ومحبوب ومقبول؛ فالبسمة والضحكة والتربيت على الشعر والكتف، والتصفيق حين النجاح في إنجاز شيء، والجري وراءه، والغناء معه، والرقص معه،

واللعب بكل قلبك معه... وهكذا مما يفهمه الطفل ويحبه ويعشق مشاركة الكبار فيه.

ساعده أن ينتصر في معركة بناء الذات، الطفل عادة يبدأ بالرغبة في الاعتماد على نفسه في كل شؤونه الخاصة منذ سن مبكرة، وربما قبل قدرته التامة على فعل ذلك، ولكن لن تنمو هذه القدرة التامة إلا بالتجريب والخطأ حيناً حتى الوصول إلى الصواب.

ما الذي يحدث حين يخفق الطفل مرة ومرة؛ فتبادر أنت بفعل الشيء بدلاً منه؟

الذي يحدث أن الطفل تصله رسالة أنه عاجز وغير قادر على إتمام ما أراد عمله.

وما أصعبها رسالة حين تتراكم هذه الرسائل مع كل محاولة خاطئة وإسراع منا لإتمام العمل بدلاً منه، يركن الطفل حينها لإحساسه بالعجز، ويلازمه هذا الإحساس فترة طويلة، إلا أن تجيئه الفرصة ليتم عملاً ناجحاً.

- وبالطبع لن ينجح الطفل في كل مرة ومن أول مرة؛ ولذا علينا أن نجعله يرانا بتركيز حين نفعل أشياءنا، ونصف له ذلك أثناء عملنا، فإذا ما كنت مثلاً تقطع الخبز فاشرح هذا أثناء عملك:

- بابا أخرج الخبز من الثلاجة.
- إنه جامد، دعه فترة حتى يصبح طرياً.
- هو الآن مستعد لتقطيعه.
- عاونّي يا (فلان).
- هيا نمسك السكين هكذا (دعه يرى جيداً).

ودعــه يجرّب.. نعم دعه يجرّب في إطار الأمان. لا مانع أن تمــسك بــيده أول الأمر. لا مانع أن توفر له سكيناً بلاستيكياً. دعه يجرّب.. هذا أمر هام.

لن أطيل في تفاصيل هذا الأمر رغم أهميته، ولكني سأسوق لكِ الخلاصــة: دعــه يجرّب وينجح ويشعر بلذة النجاح؛ فيمتلئ ثقة في نفسه وفي الآخرين.

كثيــر من بذور العجز نزرعها نحن في أبنائنا على غير وعي مــنا، ثــم نتــبادل في دهشة غير بريئة: ما الذي حوّل أطفالنا إلى ضفادع؟

- ساعده على تكوين صورة جيدة عن نفسه.

لا تــبالغ فــي مدحه، ولكن حين يصنع شيئاً جميلاً ولو قليلاً، وطبيعي أن يكون قليلاً؛ فهؤلاء هم الأطفال، شجّعه وأبدِ له الاهتمام بعمله، وشجعه لأن ينميه ويزيد خطوة بعد التي خطاها.

- النقد يكسر صورة الطفل من ذاته.

- لا تذكر على مسامعه صفات سيئة (مثلاً) عنه.

- لا تذكــر على مسامعه مقارنات، كثيراً ما نظلم بها الأطفال لعدم إدراكنا أن الطفل كبصمة الإصبع لا يتكرر مرتين.

- أعطه الفرصة للاختيار، ودرّبه على ذلك.

كثير من الصدامات تحدث نتيجة فرض آرائنا على الطفل في كــل صغيرة وكبيرة تتعلق به، بدءاً من أنواع الطعام التي يحبها، والملابــس التي يريد أن يلبسها والألعاب، بل كل حاجياته، وكأننا نفهــم الأبــوة والأمومة على أنها امتلاك، وهي أبعد ما تكون عن ذلك.

- اصــــنع معه منظومة قيمه الخاصة من الآن.. لا تتعجب فالطفل مـــنذ وقـــت مبكـــر جداً يعتبر بمثابة رادار حسَّاس يلتقط كل ما يحـــدث أمامه ويخزنه، ثم يصنفه فيما بعد، وما نفعله أمام الطفل هـــو القانـــون الثابت بالنسبة له؛ ولذا لا بد أن يتطابق العمل مع القول.
- كـــن حازماً ولا تخف؛ فالحزم لا يتنافى مطلقاً مع الحب، ولكن دعــــه يـــشعر باطمئـــنان أن المرفوض مرفوض دائماً ولأسباب معروفة له، والمقبول مقبول دائماً ولأسباب معروفة له.

وليكن معيارك في ذلك الحلال والحرام، إضافة لدواعي الأمان.

كل ما هو حلال مقبول، وكل ما هو حرام مرفوض.

وكـــل ما يؤذيه مرفوض، أفهمه على قدر عمره مع كل موقف يمر بكما أن هذا شيء جميل لكذا، وهذا شيء لكذا...

لا تـــبخل بالشرح الدقيق الوافي للقوانين أغلب الوقت، ولا تظن أن مـــرة أو مـــرتين كافيتان ليعلم الصواب والخطأ وليكوّن ضميره الذاتي، بل رحلة التربية طويلة والتكرار فيها كثير.

- علِّمــــه الاســـتماع بإنصات للآخرين أثناء الحديث، وهذا يتعلمه الطفـــل حـــين نفعل معه هذا؛ فحين نستمع له بإنصات واهتمام واحترام يعرف أن هذا حق له وواجب عليه بالمثل.
- اشرح له كل ما يمر به من أحداث.
- وسِّع مداركه بالكتب ووسائل الثقافة الكثيرة والمتاحة كالمسرح، والتلفاز (دون إفراط)، والكتاب يظلّ من أفضل الوسائل.
- ســـاعده ليعبِّـــر عن نفسه بالكلام أو الرسم أو أي وسيلة يراها، ولاحظ أنت حبه لها.

- التعبير عن النفس يولِّد قوة.

ويمكنك أن تجلسه معك، وتكتب له في كراسة خاصة عن نفسه:

"اليوم صحا من نومه الساعة..."

"فلان يحب...".

"فلان يكره...".

- دربِّه على التعبير وعلى التعرف على إحساسه (ماذا يحب؟ ماذا يكره؟ بماذا يشعر؟)، هكذا يتعلم أن يعبّر عن نفسه، وأن ينصت لتعبير الآخرين عن أنفسهم.
- تغريني رسالتك بكتابة المزيد، ولكنهم دائماً يقولون لي: كفى.

أتمنى لك التوفيق.

وجعـــل الله عز وجل عنايتك بطفلك القوي في ميزان حسناتك؛ فنحن بحق بحاجة لمسلم قوي.

أنتظر المزيد من رسائلك. والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

الوالدية.. مهارات وخبرات

ما هي المهارات الوالدية التي يجب على الوالدين أن يتحلوا بها تجاه التعامل مع سلوك أطفالهم؟

لؤلؤة الصالح - الكويت

الرد

المستشار: أ. نيفين عبد الله صلاح

سـيدتي الكريمة.. السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، كم كانت رسـالتك حكـيمة وآملة.. فسألت عن أمر نحن بحق بحاجة لمعرفته واختباره والتأكيد عليه..

المهـارات الـوالدية.. صدقت فإنما الوالدية الصحيحة مهارة، ومهـارة ليست باليسيرة، فيصدق عليها أنها السهل الممتنع؛ لسهولتها لما في الأمر من فطرة، وصعوبتها لما تحتاجه من بناء مهارات، بل تعديل سلوكيات الوالدين نفسهما.

ومـا سـألت عنه إنما هو علوم التربية بكاملها، ولا يمكن أن يدعـي أحد أنه أحاط بجميع جزئياته علماً؛ ولذا سأجعل حديثي معك أشـبه بالدردشـة التـي لا نبغي من ورائها حلولاً قاطعة لمشكلات محـددة، وإنما الوقوف على بعض الجهات كما أسميتها لتسير رحلة الحـياة مع أبنائنا كما نتمنى، وتثمر ما نسأل الله تعالى أن يعطينا من ثمرة نافعة.

دعينـــي أؤكد لك بداية أنه لا بد من أن يكون هناك هدف نربِّي لأجلــه، وهــذه نقطة هامة؛ لأنه غالباً ما نبدأ رحلة التربية مفتقدين لهــدف نأتيه من بعد تربيتنا تلك، وبالتالي نجهل وسائل هذه التربية، ولكــن حــين يكون الهدف واضحاً نستطيع أن نحدِّد له من الوسائل الواضحة ما يحققه، فماذا عسانا أن يكون هدفنا الذي نربي لأجله؟

أســتطيع أن أقــول إنما نربِّي لوجه الله عز وجل، نربِّي طفلاً ليكون خير من يمثِّل الإسلام، نربِّي طفلاً يحب الله ورسوله، ويصبح هدفه في حياته رفعة الإسلام.

نربِّي طفلاً ليصبح مسلماً عاملاً لبناء حضارة إسلامية، بل قل: ليعيد حضارة إسلامية عظيمة.. نربِّيه ليحقق عمارة الأرض التي أمر الله سبحانه بها آدم وبنيه.

لو حدَّدنا أهدافاً فسيكون من الأيسر علينا حينئذ تحديد الوسائل، حتى خطابنا مع الطفل سيكون أوضح، وقانوننا معه سيكون أوضح، وتعاملنا معه سيكون من خلال هدف واضح.

فمثلاً إذا أردنا أن يقبل على العلم فسنجد الكلمات المناسبة التي تدفعــه لذلك، فقد بدأنا البناء من الهدف من وجوده في الحياة ودوره فيها.

وإذا أردنـــاه أن يأكــل جــيداً مثلاً وهي المعركة مع الطفل فــسنقول لـــه: "إن المؤمن القوي خير وأحب إلى الله من المؤمن الضعيف".

هــذه الجــزئية هامة جدّاً: تحديد الهدف، وربط الطفل في كل حــركاته وســكناته بالله تعالى؛ ليصبح لديه قانون يقيس عليه أفعاله، وهذا أصل التربية الثابتة الهادئة.

كم أتمنى أن أسترسل في هذه الجزئية وكيفيتها وطرق تحقيقها، ولكن للأسف لا يتسع المقام للحديث عن ذلك، وعسى أن تَجديه فيما بعد مفصّلاً في موضوع آخر مستقل.

المهارة التي تطلبينها سيدتي إنما تكون في:

- القدوة:

فخط التربية الأول هو القدوة، مواجهة النفس بصدق بإيجابياتها وسلبياتها؛ ولا مجال للشك في ذلك؛ فإذا رغبنا أن يفعل الطفل سلوكاً ما فعلينا أن نريه هذا السلوك، ونحن نأتيه فينتقل إليه دون عناء.

- الصبر:

هي أعظم مهارة يمنّ الله سبحانه وتعالى بها على المربي، وما أعظـم أثـره فـي رحلة التربية، ونحن نحاول جميعاً أن نصل لهذا الـصبر؛ ليسهل المسيرة! فالصبر يعلّمنا أن نكرّر مرة بعد مرة دون يـأس. وهـو ما يجعلنا نعمل الشيء الواحد مرة بعد مرة، وبطريقة وبأخرى إلى أن نصل.

كـذلك هو الذي يجعلنا ننصت لأطفالنا إنصاتاً يبني لديهم الثقة بأنفـسهم، ويشعرهم بأنهم أهل للاحترام، ويشعرهم بأنهم على درجة من الأهمية لأنكم تسمعون ما يقولونه.. وهذه النقطة الأساسية لتكوين صـورة جيدة عن الذات؛ فالطفل يرى نفسه في مرآة الأهل، فإذا ما قلـنا إنـه طفـل رائـع اقتنع بذلك، وإذا ما وصمناه بالغباء والجبن وغيرهما من الصفات السلبية صدَّق أنه كذلك، وتصرّف على أساس قناعته تلك.

- الرحمة:

دعنـي أقُل: إنها المنة الثانية من الله - عز وجل - في رحلة

التـــربية؛ فالـــرحمة تجعلـــنا نتـــسامح مع أطفالنا فيتعلمون التسامح، ورحمتـــنا بهـــم تعلّمهـــم الرحمة بجميع مخلوقات الله تعالى؛ تعلّمهم الـــتعاطف، والحب، والرأفة، وذلك يدفعهم للتعامل السوي مع الناس، ويعوّل على ذلك جانب كبير من النجاح في الحياة، فضلاً عن العيش بنفس هادئة مطمئنة؛ فالراحمون يرحمهم الرحمن الرحيم سبحانه.

- العلم:

كلمـــا نمـــا علمنا وفهمنا بأطفالنا وطبيعتهم وسلوكهم ومبررات تصرفاتهم زاد ابتهاجنا بهم، وزادت قدرتنا على التعامل السليم معهم.

وقـــد يكون هذا محور ما سألت عنه: ما الذي ينبغي أن تعرفه كل أم، وهو ما أسميتِه بالمهارات؟

وقـــد يحتاج هذا لمؤلفات، ولكن دعيني أسُق لك نقاطاً قصيرة موجزة:

- إظهـــار الحب للطفل بمشاركته في أنشطته، واللعب معه، والحديث إليه؛ فقد قال رسول الله (ﷺ): "لاعبه سبعاً، وأدّبه سبعاً، وصاحبه سبعاً، ثم اترك له الحبل على الغارب".

- أنـــصتي له جيداً لتفهميه وتدركي ما يفكِّر به وما يعتمل في نفسه.

ابتكـــري الوسائل التي تبدئين بها الحديث واتركيه يتحدث هو، وأدلـــك علـــى القـــصة؛ فالقـــصة إحـــدى أهـــم الوســـائل لـــصنع أحاديـــث مـــشتركة ولإيجاد موضوعات تتحدثان حولها، فضلاً عن أحاديـــث الأســـرة الدافـــئة وعن أحوالها، وعن حكاياتك وذكرياتك وغيـــرها ممـــا تزرعين أثناءه ما تودين من قيم، ومبادئ، وأخلاق، وسلوك.

- حاولي أن توفِّري لأولادك بيئة ثريَّة، ولا أقصد - بالطبع - الثراء المادي، وإنما أقصد أن يجدوا حولهم نشاطات متعددة، ووسائل تنمية متعددة تستطيعين من خلالها التعرف على ميولهم لتنميتها.

اسألي عما يصادفك من مشكلات أولاً فأولاً، ولا تدعيها تتراكم.

الأطفــال يعــشقون الابتــسامة كمــا يعشقون خفَّة الظل؛ فإن استطعت ذلك كسبت قلوبهم، وعليك أن تفتحي باباً للصداقة بينكم.

- دوِّنـــي ملاحظاتــك حــول كــل طفل وأسئلتك المتعلقة به، والهواية التي تودين تنميتها، وهكذا كل ما يدور بذهنك حول الطفل؛ فــذلك ييــسر عليك أن تصلي لحلول سريعة، كذلك لأفكار واضحة مرتبة.

سيدتي.. الدعاء، ثم الدعاء، ثم الدعاء.

إن كــونك أمّــاً منذ عشرة أعوام يؤكد أن لديك خبرة يمكن أن تنفعــي بهــا؛ فليتك ترسلين لنا بعضاً منها، واعلمي أن الإنسان إنما ينــصح بما نجح في اجتيازه من مشكلات، إضافة لنصحه بتجنب ما كان سبباً في بعض العثرات.

أرجو أن أكون قد نفعتك ببعض الأفكار، وأتمنى التواصل معك حــول نقطــة مفصلة سأترك لك تحديدها.. وبانتظار سؤالك القادم، وشكراً..

الفصل الثاني

الأمومة متعة المسؤولية
لا رقها

الاستمتاع بالأمومة ليس مستحيلاً!

سمر دويدار

كثيـــراً مـــا نلاحـــظ عـــدم قدرة الأمهات على التواصل مع أبـــنائهن؛ وذلك على الرغم من اختلاف ثقافة وظروف كل أم، إلا أن المـــشكلة واحـــدة وهي عدم القدرة على الاستمتاع بوقتهن مع الأبناء..

الوقت الذي ستقضينه مع أبنائك ليس هو المهم، ولكن الأهم هو كيفية قضائك لهذا الوقت معهم، فقد تكونين ربة منزل، ولكنك مرهقة ومشغولة بأعبائك المنزلية، وبهمومك الشخصية التي تدفعك مسافات بعـــيداً عـــن أبنائك، وقد تكونين امرأة عاملة لا تجد الوقت أو الطاقة لقضاء بعض الوقت مع أبنائها...

فنموذج المرأة العاملة المطحونة في عملها – التي قد تكون في مركـــز مـــرموق – ومـــع انـــتهاء يومها في العمل.. تتجه إلى دار الحضانة الموجود بها الابن لتتسلَّمه، وهي منهكة القوى لا تقوى على الحـــديث أو حتـــى الاســـتماع لما سيقوله ابنها، وفور وصولها إلى المنـــزل تـــسرع للانتهاء من احتياجاته الأساسية لتضعه في السرير لـــتجد بعض الوقت لتنتهي من مسؤولياتها المنزلية الأخرى ... ومع نهاية اليوم تشعر بتقصير وتأنيب ضمير تجاه هذا الابن الذي لا تجد له الوقت لتقضيه معه.

ونموذج آخر لأم قررت عدم الخروج للعمل، وذلك لتتمكن من التفرُّغ لأبنائها ومنزلها سواء أكان هذا القرار عن رضا وقناعة أم قد

فُــرِضَ علــيها فهي تكرس حياتها لأبنائها، ومع ذلك قد تشعر ببُعد أبنائها عنها.

في رأيي أن المشكلة في الحالتين هي في مدى المحاولة الحقيقية في التواصل مع الأبناء.. فإن ما يهم هو قوة حضورك ومدى تأثيرك فــي طفلــك خـــلال الوقت الذي تقضينه معه وليس كم الوقت الذي تقضينه معه.. فبتنظيمك لوقتك ورغبتك القوية في إثبات قدرتك على القيام بالتزاماتك جميعها سوف تجدين الوقت الذي تقضينه بين أبنائك؛ بحيث يكون وقتاً ممتعاً ومفيداً يقرّبك منهم ويؤثر في نموهم النفسي، العاطفي، البدني، العقلي، والاجتماعي.

ســـواء أكـــنت امرأة عاملة أم ربة منزل خصّصي وقتاً محدداً لابــنك نــصف ســاعة أو ساعة في اليوم، كذلك حددي وقتاً للطبخ والاهــتمام بنظافة المنزل، وحددي وقتاً لإعداد التقارير في العمل.. اغتنمي هذا الوقت في اللعب مع أبنائك ألعابهم الطفولية الجميلة التي تخـــرجك مـــن الروتين اليومي. قرري في يوم أن تقوموا بالتلوين؛ أحـــضري مجموعة ألوان وأوراق وابدئي في التلوين، سيجلس ابنك بجوارك وهو في منتهى السعادة وهو يراك تشاركينه اللعب والتلوين، وأؤكـــد لـــك أنـــك ستستمتعين بذلك الوقت، وفي يوم آخر أحضري أوراقـــاً ملونة ومقصاً واصنعي علماً صغيراً للوطن.. علّميه الألوان واســـتخدام المقـــص وحدّثيه عن وطنه وعلمه ونشيده ستشعرين أنك تبدئـــين حياتك من جديد مع أبنائك.. مع بداية فصل الربيع أحضري طـــبقاً صـــغيراً وقطعة قطن وحبوب اللوبيا مثلاً وحدثيه عن الربيع والـــزرع والـــنمو والـــشمس وكيف أنه ينمو كما ينمو الزرع ومدى حاجـــته للشمس والغذاء... قد يطول الحديث أو يقصر ولكن بالتأكيد

سـيتجاوب ابـنك معـك، ويتعلم كيف يفكر وتنمو معه الرغبة في المعـرفة ومـن أسئلته ستجدين الموضوع التالي الذي تستطيعين أن تتواصلي معه من خلاله.

فقـط جربي أن تتحدثي باهتمام مع ابنك أو تشاركيه أي نشاط من أي نوع يحبه ومدى تأثير ذلك على علاقتكما..

أعطـيه فـي هـذا الوقت المخصص له بشكل يومي الاهتمام والتركيز الحقيقي لكل ما يقول أو يفعل... انظري في عينيه واستمعي لـه ولا تقاطعيه ولا تتركيه وهو يتحدث إليك لتفعلي أي شيء آخر؛ لأن في ذلك إهمالاً له يفقده الرغبة في التحدث معك، وقد يشعره بأنه شخص غير مهم، وما يتبع ذلك من أثر سيئ على نفسيته ... اهتمي بـأن تستمعي له وأن تجعليه يتحدث عن نفسه، وعن الآخرين..عن مخاوفـه، أحلامه، رغباته وعن رفضه لبعض أو لكثير من الأشياء وأسـباب رفضه لها، وذلك ليتعلم كيف يعبر عن نفسه وعن مشاعره وليتعلم الشجاعة في مواجهة ما يجهله أو يخافه..

وعلـيك بالتأكـيد الاهـتمام بالـرد على تساؤلاته، ولكن ليس بإجابـات محـددة مـسبقاً عرفتها أو تعلمتها ولم تفكري فيها ... لا تسارعي بالرد بأجوبة غير مقنعة أو غير منطقية، وذلك لأن أجوبتك علـى أسـئلته ستتحول لأسئلة يواجهك بها مرة أخرى.. فلا بد من الحـرص الشديد في التعامل مع أسئلة أطفالك، وعدم الاستهانة بها، وذلـك لأنـك منبع المعرفة الأول لهم فلا بد من اكتساب ثقتهم حتى تكوني المرجع الأول لهم في سنوات عمرهم الأولى.

ولا أعنـي بـذلك أن تدّعـي بأنك العلامة الفقيهة العالمة بكل شيء... على الإطلاق.

بـل علـى العكس فأنا لا أجد غضاضة أو مانعاً من الاعتراف لابني بأني لا أعرف إجابة هذا السؤال أو ذاك ولكني أوجّهه في نفس اللحظة للشخص أو المكان الذي يستطيع أن يحصل منه على الإجابة الدقيقة؛ فمثلاً حين يسألني عن أمور علمية خاصة بالطبيعة لا أعرف إجابة لها أنصحه بأن نلجأ إلى المكتبة للاطلاع على كتاب متخصص في العلوم البيئية لنجد الإجابة على سؤاله أو باللجوء إلى شخص أعلم منـي فـي هذا الموضوع، وبذلك أكون وجّهته بشكل سليم للحصول علـى المعلومة التي يحتاجها، ولم أعطه إجابة ساذجة غير دقيقة لا تقنعه ولا تشبع رغبته في المعرفة.

أمـا عـدم الـرد على تساؤله فيعتبر تجاهلاً غير صحي لعقل الطفـل؛ لأنـه يحـد من تنمية قدراته العقلية الإبداعية والابتكارية، فبعض الأطفال وبعد قليل من التجاهل لأسئلتهم الكثيرة قد لا يتوقفون عـن الاندهاش، ولكن بالتأكيد يتوقفون عن التساؤل فنفقد بذلك عقل مفكر ومبدع قد يضيف لمستقبله ومستقبل بلاده الكثير.

أبـناؤنا فـي الغد هم ثمار ما نزرعه اليوم، وكلما اهتممنا بما نزرعه داخلهم اليوم وهم في أول الطريق بالتأكيد سيظل داخلهم ينمو معهـم ويكـوّن شخصيتهم.. إذا أعطيناهم حباً واهتماماً حقيقياً ووقتاً سـتكون النتـيجة في النهاية مبهجة.. فقط حاولي ولا تستسلمي لما يفرضـه عليك الواقع، أو ما تفرضيه على نفسك من ظروف تعوق دون تحقـيق ذلـك التواصل بينك وبين أبنائك؛ لأن قليلاً من الوقت والحـب – ولكن بشكل دائم ومستمر – لهما الكثير من التأثير على أطفالك أحبائك.

موسم الأمومة.. تعرّفي على نفسك

لديّ طفل عمره (18 شهراً).. ما هي الطريقة السليمة لتربيته؟ مـــع العلم بأنه عدواني قليل الكلام، بالإضافة إلى ذلك لا أجلس معه كثيراً لأني سريعة الغضب.. أفيدوني بالحل، وشكراً.

أم عرعر - السعودية

الرد

المستشار: أ. نيفين عبد الله صلاح

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته.. أختي الكريمة..

أعنـــي كل حرف من حروف تحية الإسلام الرائعة، فأدعو لك بالــسلام، وأن يهبك فيضاً أغزر من الرحمة، ويبارك لك في وليدك أعزّ الله به الإسلام وجعل جهادك معه في ميزان حسناتك.

أحـسب أن هذا المحتوى الرائع في طي حروف تحية الإسلام تحــتاج كثيراً؛ لأن نتدبرها ونقف على معانيها ونتمثّلها صفات تدب فيها الحياة في شخوصنا.

بدأت رسالتك: لديّ طفل عمره 18 شهراً. إن وليدك الصغير - هبة الله لك - ما زال برعماً في بواكير بواكير الطفولة.

فتــرى ماذا نعرف عن هذا البرعم؟ وماذا نعرف عن نموه؟ وماذا نعــرف عـــن صفاته الفطرية المخلوق بها "فِطْرَةَ اللهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا"؟ وكيف أسعى لأصل بهذه الفطرة لأعلى درجات الصفاء والقوة؟

ثـم سـألتِ - هكذا جاءت حروف رسالتك - ما هي الطريقة السليمة لتربيته. ودعيني أقف عند هذه النقطة، ليس للتربية طريقة، ليس لها وصفة سحرية تناسب كل الظروف وكل الأطفال، وكل الأمهات وكل المتغيرات حولهم.

هـذه مسألة هامة.. ليس هناك طريقة واحدة ثابتة. ودعينا نتساءل سوياً: ما الذي أوجد هذه النظرة للتربية على أنها تعامل مع كائن ساكن بلا متغيرات وبلا هوية لصيقة به، وبلا فطرة أصلية فيه، وكأن المطلوب منا حين وهبنا الله إياه أن نعيد تشكيله وصنعه من جديد.

هذه النظرة السلبية للطفل توقعنا في أخطاء كثيرة.. فنحن نريد صناعته في حين أن فطرته وطبيعته الخاصة تأبى أن توضع في قالب أعددناه له سلفاً، إننا يمكننا أن نتدخل لنصل بهذه الفطرة لأرقى وأجمل وأنبل وأقوى ما فيها.. ولكننا - دعيني أكرر - لا نصنع إنساناً.

سلامة التعامل مع هذا البرعم رهن بمعرفة طبيعته وطبيعة نموها ووسائل تحفيز هذا النمو. ليس فقط، بل معرفة طبيعة الأرض التي ينبت فيها هذا البرعم.. وإن جاز لي أن أصف طريقة للتربية فاسمحي لي أن أقول: إنه الحب ولا شيء آخر. ولأنني تحدثت كثيراً في مسألة الحب هذه فأرجو أن تطالعي الاستشارات الآتية بصفحة "معاً نربي أبناءنا" بشبكة إسلام أون لاين:

- طفلي يصرخ أفهموني أستجب لكم - متابعة
- افهم النغمة لتستمتع بها
- الصداقة مع أبنائنا.. كيف؟

- أسرع قطار لمحطة العناد

وأنقلك لهذه الاستشارات ليس لعدم أهمية هذه النقطة، ولكن لتسمح لي المساحة المحددة لي بأن أنتقل إلى نقاط أخرى أشارت لها رسالتك على نفس الدرجة من الأهمية.

وصفتِ ابنك ذا الشهور القليلة بأنه عدواني وليتك وصفتِ مظاهر هذه العدوانية لنسميها تسميتها الصحيحة بدلاً من أن نظلم الطفل بصفات نلصقها به، وننعته بها بتسمية خاطئة وتأويل خاطئ فتُرى أتكون عدوانية ابن الثمانية عشر شهراً تعاملاً باليد، أم صراخاً، أم قذفاً للأشياء.. أم ماذا؟

وقد أضفت ما هو أهم من وصفه بأنه عدواني حين ذكرت أنني لا أجلس معه كثيراً؛ لأني سريعة الغضب.

ففسرتِ سيدتي.. سبب عدوانيته (وأنت من أطلق هذا الوصف وهذا المسمى) فلا تضعي لطفلك مسمى، ثم تتعاملي معه على أساس ما وضعتِ فهذا يوجِد تشويشاً في فهم رسائل طفلك الحقيقية، فهو يعبّر عن شيء وأنت تفسري تفسيراً آخر، إضافة لأنه يوجِد تحفيزاً سلبيّاً تجاه الطفل. جاء في البيانات المرفقة مع الاستشارة أنك طالبة جامعية.

ووجدت أن نتساءل: أيكون تعدد الأدوار؟ فتدور إجابتنا عن رسالتك في فلك محاولة إعادة تنظيم للحياة بالنسبة لك.. فأنا أميل كثيراً لأن نتعامل مع حياتنا في شكل منظومة مهام.. فنحن كأفراد وكأمهات تتعدد مهامنا، وربما يكون السؤال الصحيح كيف ننظّم هذه المهام دون طغيان أحدهما على الآخر، ومن ثَم يصبح التساؤل عن تربية الطفل جزءاً لا يتجزأ في منظومة حياتك (أرجو أن تسرعي بقلم وورقة) ولتسجلي الأسئلة القادمة:

- هل أنت سعيدة؟ لماذا؟

- ما أكثر ما يرهق أعصابك ويوترك؟

- مـــا هـــي أولوياتك في الحياة؟ (الأمومة - النجاح العملي - الشهرة - المال...).

- ما هي أدوارك في الحياة؟ (زوجة - أم - طالبة - ابنة...).

حاولـــي أن تجيبي كتابة بوضوح وصراحة لتزدادي اقتراباً مـــن شعورك وأفكارك، فهذا الوضوح سيعطيك في طياته طريقة التغيير.

احـــصري أسباب عصبيتك وتوترك (راقبي نفسك حين يحدث ذلك ولا تترددي في تسجيله).

احصري لماذا تغضبين من طفلك، متى بالتحديد تغضبين منه، وكـــيف تعبّرين عن هذا الغضب، وأظن أن الغضب يصبح أقوى منا ويتملكـــنا حين نعجز عن إيجاد تفسير لسلوك أو إيجاد وسيلة للحل، ولكن حين نكون على ثقة بأننا نملك تسيير الأمور بطريقة صحيحة، أو نـــثق في صحة ما نختاره من وسائل، ونعرف تماماً ما هي نقاط إخفاقنا، ولماذا أخفقنا في هذا الموقف، في هذه اللحظة الواثقة نتجاوز الغضب؛ لأننا نعلم أننا أقوى من أسبابه.

وفي ضوء تعدد المسؤوليات يصبح لازماً تحديد الأولويات.

"فالحياة مواسم"، واعلمي أن هذا هو موسم الأمومة، فاستمتعي به قدر طاقتك؛ لأنه ربما لا يعود مرة أخرى.

وحتـــى تـــستمتعي به ابني حلماً لك، تخيّلي ابنك بعد عدد من الـــسنين، وتخيّلـــي مـــا الذي تتمنينه ليكون فيه.. ابني هذه الصورة الحالمة، ودعيها ترسخ في ذهنك لتكون بوصلة توجّه تعاملك معه.

واسمحي لي أن أشركك في حلمي الشخصي لابني، فالأمس وقبل أن أبدأ في الرد على رسالتك وقفت لأتخيل صورة هذا الابن العزيز وكيف أسعى لأصل لها.. وأنا أميل لتحليل الشخص لصفات، ومن ثَم مهارات ليتسنى أن أوجدها (ولكن ليس على طريقة التصنيع، وإنما على طريقة التنقيب والصقل).

فتخيلته رجلاً على دين وخلق فتساءلت كيف أصل لهذا، وكانت الإجابة بتحفيظ القرآن الكريم له، الاصطحاب للمسجد، القدوة في المنزل بجعل القرآن منهجاً فنتبع ما أمرنا به، وننتهي عما نهينا عنه، على أن نشرح باستمرار سبب فعلنا ونهينا ليرسخ لديه منهج يقيس عليه.

ثم تخيلته بمهارات عديدة كامتلاك لغة أجنبية قوية، مهارات إدارية جيدة، مهارات تفكير جيدة، وهكذا...

وضعت عدداً من المهارات لأعرف كيف أصل إليها، فاللغة عن طريق مدرسة جيدة، شرائط القصص الأطفال الأجنبية، دورات لغات للطفل.

فبعد تحديد الأهداف والوسائل يجيء دور القياس هل وصلنا أم لا، هل نحن على الطريق أم حدنا كثيراً؟ واحصري مع كل مرحلة معوقات تقابلك، وسجّلي ذلك دائماً لتبحثي عن إجابة له، ودوّني من يمكنك أن تسأليه، وأين تجدين هذه الإجابة.

وحديثي هذا موجّه لك ولأبيه بالفعل، فالابن ثمرة مشتركة ورعايتها حق على الطرفين؛ ولذا لا بد من الاتفاق حول الأدوار والمهمات ما دام حلمكما مشتركاً ورباطكما وثيقاً.

أعود لمسألة تعدد الأدوار: حدّدي مهامك المختلفة التي تحضن

كـــل دور وحلمـــك الخاص بكل دور، وحوّلي ذلك لخطوات عملية، وأقتـــرح علـــيك وضع جدول لكل ما شرحته لك ليعينك على تنظيم حياتك.

قومـــي بوضـــع جـــدول، قسّميه إلى خانات، ضعي في الخانة الأولـــى أدوارك التـــي تضطلعين بها كأم أو زوجة أو طالبة، وفي الخانة الثانية ضعي أحلامك التي تبغين تحقيقها من خلال هذه الأدوار واضـــعة فـــي اعتبارك مسؤوليات كل دور، فمثلاً أنت كأم عليك أن تكوني مصدراً للمعرفة بالنسبة لولدك، عليك أن تعامليه بهدوء وروية كـــي تحققي له الإشباع النفسي، وحتى تحققين هذه المسؤوليات عليك أن تضعيها في صورة أسئلة – ضعيها في الخانة الثالثة – مثلاً: من مسؤولياتك تحفيظ ولدك القرآن الكريم، فأولى تساؤلاتك ستكون عن كيفـــية تعلـــيمه القـــرآن، وعـــن السن المثلى لبدء تعليمه إياه، وعن الشخص الأجدر بالقيام بهذه المهمة.

بعد ذلك عليك أن تضعي هذه التساؤلات في صورة مهام – في الخانـــة الرابعة – عليك القيام بها مثل شراء شرائط القرآن الكريم، والبحث عن مسجد مناسب تصطحبين إليه ولدك. وتوجد مهام يمكن تفويضها – ضعيها في الخانة الرابعة – وبالطبع يمكنك إشراك الأب فـــي هـــذه العملية كي يساعدك، كما أن مشاركة الأب ستقرب بينك وبيـــنه، حيث تشتركان في عمل واحد وهو الوصول بابنكما إلى بر الأمان. ربما أوجدت جدولاً مختلفاً أو طريقة مختلفة.

باختـــصار تعرّفي على نفسك، وتمكّني من أدواتك، وحاولي أن تعيـــشي بـــسعادة ليتسرب ذلك لنفس طفلك، ويشعره بالتقبل والهدوء والـــسعادة فـــيما ينعكس عليك مرة أخرى رضى، وسكينة، وتمكناً،

وإيمانـــاً بالقــدرة علـــى النجاح في كل أدوارك إن شاء الله تعالى. اســـتعيني بـــالله، فالله المستعان. ووافينا دائماً بتطوراتك وتساؤلاتك ومحاولاتك فنحن معك.

ولمزيد من العون يمكنك الرجوع إلى الاستشارة التالية بصفحة "معاً نربي أبناءنا" بشبكة إسلام أون لاين: نزهة المشتاق للتخلص من العصبية والعناد.

حتى لا تكون الأمومة رتقاً

... ألمانيا

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، ابنتي بلغت العامين، وقد تم فطامهـا والحمد لله بدون مشاكل تذكر، ولكني أشعر أني فشلت فيما دون ذلـك، فـلا أستطيع تنظيم أمورها، ولا تدريبها على التحكم في الإخراج، وهي متعلقة بي وتريدني دائماً بجانبها، وهي معذورة لأنها لا ترى غيري تقريباً، إلا أن هذا يربك لي حياتي تماماً، فلا أستطيع تنظيم أموري ولا الالتفات لشؤوني.

ففـي بعض أعمال المنزل مثلاً، تود مشاركتي، وقد تفسد أكثر ممـا تصلح، ولا أمانع إلا أن ذلك يعطلني، فأنا كذلك أحضر دورات دراسـية، ولا يمكن أن تدعني أذاكر نصف ساعة "على بعضها"، أو حتـى عشر دقائق، بل تأتي كل عدة دقائق، وتظل تجذبني من يدي لأبقى معها، ولا أستطيع أن أجلس لقراءة كتاب في هدوء، ولا أشرب الـشاي، ولقـد أثـر ذلك على نفسيتي، حيث إنه لم يَعُد هناك مجال للتـرفيه بالنسبة لي، وظروف زوجي تحتم عليه البقاء خارج المنزل تقـريباً من الثامنة صباحاً للثامنة مساء، فيما عدا الإجازة الأسبوعية التي يضيع جزء منها في مهام أخرى.

المـشكلة أني تعبت، وصارت ابنتي تذهب للحضانة منذ حوالي عـام، ولقـد صـرت أتنفس الصعداء في تلك الساعات الأربع التي تغيبها، ولكن يضيع منها حوالي ساعة في طريق ذهابها ومجيئها من الحـضانة، ويبقى حوالي 3 ساعات، لا أدرى هل ألتفت فيها لأمور

المنزل، أم أذاكر فيها، أم أمارس أي هواية أرفه عن نفسي كالقراءة، والجلوس في هدوء؟

الوضـــع صـــار - بصراحة - صعباً، وهي لا تنام كثيراً حتى أســتغل ساعات نومها، ولقد صرت أنا التي قد أعاني من قلة النوم؛ بــسبب أنني أحاول ألا أنام حينما تنام، بل أريد أن أستغل نومها في أي شـــيء، لكـــن زوجـــي لا يـــشجعني على ذلك. ولقد تأخرت في دراستي بعد أن كنت متفوقة فيها، وتأخرت في كل شيء.

وكذلك لقد أرهقتني كثيراً في تعويدها على تناول الطعام بدلاً مـــن الرضاعة، حتى مللت، ولم أعد أهتم بها، فإن طلبت الطعام أحـــضره لهـــا، وإن أصرت على رفضه لا ألح عليها وأحاول أن أكـــون حازمة، ولكنها تعود وتشكو أنها جوعانة، وهذا ما يصعب علي أن أكون حازمة فيه، وتطلب مثلاً صنفاً معيناً، فإن كان سهل التحـــضير، أحضره لها، ولكن قد لا تأكل منه سوى لقيمات، حتى إننـــي أشك أنها تدعي الجوع حتى أظل بجوارها ولا أنشغل عنها، وإن تـــركتها تأكل وحدها، فأحياناً تأكل، وأحياناً "توسخ" المكان، وتلعب بالطعام بدلاً من أن تأكله. وقد تعود بعد قليل تشكو، ويمر الـــيوم على هذا الحال، حتى يعود والدها في المساء، ويطعمها هو ولو بالإكراه.

وتأتي مشكلة تدريبها على الإخراج، فأنا أحاول معها (وإن كنت غيـــر منتظمة تماماً) لكن مر حوالي شهرين، وربما لم يتحقق فيهما تقـــدم سوى أنها فهمت أنه يجب أن تقوم بهذا في المرحاض، وليس على ملابسها، وأنها ستحصل على حلوى إن أصابت، ولكن المشكلة أن والـــدها لا يتحملها، وعندما تخطئ في هذا الأمر فقد يؤنبها بعنف

أو يصرخ فيها أو يضربها، حتى إنه حبسها ذات مرة في الحمام، وأنا لا أصبر على ذلك فكنت أغضب، ويكون هذا الكلام طبعاً أمامها، ونحن نختلف بشأنها.

وأعلم أن هذا خطأ، لكني أخشى عليها وعلى علاقتها بوالدها، ولا أستطيع أن أتحمل العنف معها، لأني أعرف كيف يعاني الأبناء من هذا. ولكن هذه النقطة صارت مصدر خلاف بيني وبين زوجي.

أرجو ألا تلقوا المسؤولية على ذهابها للحضانة، فإنها كانت ترهقني من قبل أن تذهب لأي حضانة، ولقد شعرت أن الحضانة تريحني، إلى جانب أنها – لا شك – تحتاج للخروج وتغيير الجو ومصاحبة الأطفال، وهذا ما لا أستطيع توفيره، كما أنها تحب الحضانة، وتستمتع بالوقت هناك، والحضانة جيدة، والإشراف تربوي جدّاً، إلى جانب أنها تغيب عن الحضانة كثيراً، لكن اليوم الذي تغيب فيه يكون ارتباك وقلق بالنسبة لي؛ لأنها لا تدعني، وكذلك بعد عودتها من الحضانة، خاصة إن جلست على الإنترنت أو على الكمبيوتر أذاكر، فإنها تظل تجذبني إليها وتسبب لي إزعاجاً شديداً. أنا لا أمانع أن ألعب معها نصف ساعة وتتركني وشأني نصف ساعة، لكنها لا ترضى حتى بذلك.

أنا فعلاً في حاجة لمن يرشدني؛ لأني تعبت، والحياة في الغربة طبيعتها صعبة، والوحدة صعبة، والملل صعب. لا أستطيع أن يمر كل يومي ما بين مسؤوليات ومهام، ولا أن يمر وقتي في لعب الأطفال؛ لأن الإنسان طاقة، وأنا إلى جانب ابنتي وبيتي ودراستي، أحتاج للترفيه وممارسة نشاطات أو هوايات كالقراءة،

لكني لم أنجح في شيء، وحياتي مرتبكة وتأخرت في دراستي بعد أن كـــنت مـــتفوقة. والشيء الوحيد الذي أعتقد أني أتممته بنجاح ورفع ذلك من معنوياتي والحمد لله هو فطامها، وفي غير ذلك فأنا فاشلة.

أرجو مساعدتي، ومعذرة على الإطالة، والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

الرد

المستشار: أ. عزة تهامي

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته.. سيدتي، سعدت برسالتك، وأدعو الله تعالى أن يوفقني للرد عليها، وأن تجدي بغيتك في الأسطر التالية، ولا داعي للاعتذار عن الإطالة فكلما كانت هناك تفاصيل كان الرد أدق وأشمل.

إن موضـــوع رســـالتك – ســـيدتي – من أكثر الموضوعات المطروحة على الساحة التربوية في الوقت الراهن، وقد تعرضت لهـــا فـــي إحدى ورش العمل التي قمت بتنظيمها وكانت عن دعم الأمهـــات. وسوف أتناول مضمون ما تم فيها من خلال الرد على استشارتك.

المـــشكلة – سيدتي – لا تكمن في أنك لا تجدين الوقت الكافي للمذاكرة أو للاستمتاع بالراحة أو لممارسة هواية من هواياتك، وإنما المشكلة في كونك غير مهيأة لاستقبال ضيف جديد في حياتك، والذي تـــشعرين مـــع وجـــوده بأنه عرقل وأخّر كل خططك التي رسمتها لنفسك.

سـيدتي.. إنه من المؤسف حقّاً أننا نجد من الأزواج من يخطط لحـياته بعـد الزواج بطريقة مثالية وخاصة في أمور توجيه وتربية الأبـناء حيـنما يـرزق بهم، فإذا لم يتطابق الواقع مع خططه يشعر باليأس والإحباط والفشل، ونجد آخرين من هؤلاء الأزواج لم يدركوا أن الحـياة الـزوجية خطوة لا بد أن يتبعها تغيّر في أمور كثيرة من حياته، منها: عاداته، وقبول الاختلاف، وأنه لم يَعُد منفرداً في اتخاذ القرارات، وكذلك إعادة ترتيب الأولويات والطموحات، فإن ظل على تمسّكه بكل ما كان يفعله قبل الزواج ولم يدرك مدى أهمية هذا التغيّر فإنـه يظـل يشعر بالعجز وخيبة الأمل والإحباط والعصبية؛ بسبب إصراره على نفس خططه السابقة.

وهذا بالضبط ما حدث معك – سيدتي – فلم تدركي أن أولوياتك لا بـد أن تعدّل بعد زواجك وإنجابك، ولا أعني بذلك ألا يكون لديك طمـوحاتك الخاصة ولا اهتمامات أو هوايات تمارسينها بعد الزواج وكأنك انعزلت عن الحياة بمجرد الزواج فهذا بالطبع غير مقبول، بل كـل مـا أعنيه أن تعيدي ترتيب هذه الأولويات وفقاً لظروف حياتك الجديـدة، وأن تدركي أن أهم أولوياتك في الوقت الحالي هو دورك كأم وربة بيت، فإنك إن فعلت فلن تشعري أنك مقصرة في تحصيلك الدراسـي أو في استمتاعك بالراحة وممارسة هواياتك، ولن تملي أو تـشعري بـثقل وعـبء من طفلتك أو أنها مصدر إزعاج وعرقلة، وحتى نكون أكثر عملية فسأقترح عليك عدة اقتراحات لتنفيذها، ولكن قبل ذلك أود أن أشير إلى نقطتين هامتين وهما:

- أولاً لا بـد أن تدركي أن سلوكيات ابنتك من تمسكها الشديد بك ومـن لعـبها بالطعـام أحياناً ومن رغبتها في أن تشاركك في

الأعمـــال المنـــزلية كل هذه السلوكيات طبيعية في هذه المرحلة العمرية، ولا بد من التعامل معها برفق.

- ثانـــياً لا داعـــي على الإطلاق للشعور بالفشل والإحباط، وعند استعراض الاقتراحات ستجدين أن الأمر سهل يسير - بإذن الله - وهي:

1. ضعي قائمة بأولوياتك الجديدة وفقاً لظروفك الحالية.
2. نظّمـــي وقـــتك بوضع جدول زمني للمهام المطلوبة منك يومياً (يمكـــنك الاطلاع على كتب في فن إدارة الوقت، وسنورد لك بنهاية الرد بعض المقالات المعينة).
3. استثمري مدة الساعات الثلاث التي تتغيب فيها طفلتك بالحضانة فـــي أداء مهمة من المهمات التي وضعتها في جدولك، وليكن مـــثلاً نـــصف ساعة لاحتساء الشاي باسترخاء شديد، ثم إنجاز مهمتـــين أخـــريين فقط، على أن تكون مدة إنجاز أي منهما لا تزيد عن الساعة مثل القراءة مع أعمال المنزل، أو المذاكرة مع الأعمـــال الـــضرورية بالمنزل، ويمكن قضاء الساعات الثلاث مثلاً في المذاكرة وهذا يرجع إلى تقديرك أنت.
4. عـــند عـــودة ابنتك ستكونين في حالة معنوية مرتفعة بسبب ما أنجـــزته، فاستقبلي ابنتك بالحفاوة والترحاب والدفء وأشعريها بأنك تشتاقين إليها.
5. تناولا وجبة الغداء سويّاً، ودعيها تساعدك في إعداد المائدة، بل وفـــي شؤون المنزل حتى لو كانت تفسد أكثر مما تصلح على حد تعبيرك، فهكذا يتعلم الأبناء وتنمو قدراتهم، وفوق هذا فإنها توطد العلاقة بينكما.

6. بعد أن تنتهيا من الوجبة الْعبي معها بلُعبها أو على الكمبيوتر أو مثلاً سويّاً قصة ترويها لها.
7. عند إعدادك وجبة العشاء دعيها تلعب بمفردها أو بصحبة والدها، وحاولي أن تستقبلي الأب بأخبارها السارة وما فعلتما معاً من أنشطة مختلفة.. احكي هذا وأنت تنظرين إليها بفخر وحب.
8. عند النوم احتضنيها واقرئي لها قصة حتى تنام.
9. حاولي أنت أيضاً أن تأخذي قسطاً وافياً من النوم، ولا تؤدي بعض الأعمال أثناء نومها إذا غلبك النعاس؛ فإن لبدنك عليك حقّاً، وعدد ساعات النوم غير الكافية تقلل من كفاءة ما تفعلين إلى جانب أنها تؤدي إلى العصبية.
10. احرصي في يوم إجازة الأب أن تقضوا يوماً ممتعاً في نزهة أو في التسوق.
11. حينما تشعر ابنتك بدفئك وحنانك وأنها ضيف مرحب به مقبول في أسرته فإنها لن تتشبث بك مثل هذا التشبث، وربما يمكنك – أحياناً – تركها هي ووالدها يتسوقان معاً، لتحاولي أنت إنجاز بعض مهامك وعندما تكبر قليلاً يمكنها اللعب بمفردها، وفي هذه الحالة أيضاً يمكنك إنجاز بعض المهام.

نأتي لأمر تدريب الطفلة على عملية الإخراج:

1. لا تتخيلي أنت ووالد الطفلة أن عمر طفلتك متأخر على التدريب على هذه العملية، فهذه سن مناسبة جدّاً.
2. التخلي تماماً عن أسلوب العنف في هذه العملية.
3. لا بد أن يصاحب هذه العملية جو من المرح واللعب، فعند

دخــولك بها إلى الحمام لا بد من مداعبتها والضحك معها حتى يرتبط عندها بشيء سار.

4. عزّزي فوراً كل مرة تقوم بقضاء حاجتها في المكان المخصص بالتقبيل والاحتضان ولا تعاقبيها أو حتى تلوميها على أنها فعلت ذلــك في المكان غير المخصص، وكل ما عليك أن تغيّري لها ملابسها وأنت صامتة دون تعليق.

5. يمكنك في بادئ الأمر أن تدربيها على هذه العملية بأن تجلسيها فــي المكــان المخصص لهذا الغرض بعد عدد ساعات معين تحدديــنه وفقــاً لطبيعتها، فمثلاً بعض الأطفال يرغبون في قضاء الحاجة بعد تناول وجبة من الوجبات أو عند الاستيقاظ من النوم.

6. ينصح بعض الأطباء بترك تدريب الأطفال على هذه العملية بعد أســبوع أو عــشرة أيام إذا لم يستجب الطفل لهذه العملية لمدة شهر.. هذا يعني أنه إذا لم تستجب طفلتك للتدريب على عملية الإخــراج – بــشرط أن يــتم هذا التدريب بالطريقة الصحيحة الــسابقة – فتوقفي عن تعويدها وتدريبها لمدة شهر؛ لأن معنى ذلك أن طفلتك لم تستعد بعدُ لهذا التدريب.

– ويمكــنك الاطلاع على الاستشارتين التاليتين بـــ "معاً نربي أبــناءنا" بــشبكة إسلام أون لاين لما فيهما من معلومات عن عملية التدريب بالتفصيل:

– المهنة السامية تفتح أبوابها للعضوات الجديدات

– التحكم في الإخراج.. عندما يسبق الصغير

وأخيراً.. أدعو لك الله عز وجل أن يوفقك ويمتعك بابنتك ويقر بها عينك، كما أرجو المتابعة معنا.

الأمومة عبء.. أم استمتاع؟

نجلاء محفوظ

هل تراجع حلم الأمومة في عقل وقلب حواء، وانكمشت السعادة بهـا وتـضاءل الإحساس بالرضا عنها وتنامت شكاوى الأمهات من الأبـناء؟ هـل حدث ذلك بسبب التغير الطارئ على حياتنا وتسارع إيقاع الحياة وحصار الضغوط اليومية المتعددة؟ أم لخروج المرأة إلى العمـل؟ ولكـن ماذا عن ربة المنزل التي لا تعمل والتي تتبرم من الأمومة وتراها أعباء متصلة يتخللها وميض خاطف من المتعة.

الأمهات الصغيرات

استمعت باحترام وود إلى اعترافات العديد من الأمهات، تفاوتت فـيها نبرات الحديث ما بين الاعتراض المعقول والصراخ الغاضب (المكتوم).

انطلقـت عـدوى الـشكوى من تبعات الأمومة - بحدة - إلى الأمهـات الصغيرات، وقد فوجئت بجملة شائعة على ألسنة بعضهن مفادهـا أنهـا أصـبحت (مربية) لأولاد زوجها وفي أحس الحالات للأولاد.

انهالت عليّ الاحتجاجات المتتالية بسرعة فائقة ومنقطعة النظير وكأنها إعلان حرب لا هوادة فيها ولا مجال لأي تراجع، فضلاً عن إغـلاق الـباب نهائـياً أمـام أية محاولات للتفاوض وتخفيف حدة الاحتقان.

صـــرخت الأمهات من تصرفات الأبناء والبنات أيضا، وكيف أنهـــم يتميزون بالعناد والأنانية والعقوق والجحود، وأضاف بعضهن صفات أخرى مثل الغباء واللامبالاة والتحدي، وأكدت أخريات على ضـــرورة تذكّـــر سلوكيات هامة لا يعرفها الأبناء، مثل عدم الالتزام بالـــنظافة لا الشخصية ولا في المنزل، ورفض تعلّم الأساليب الراقية سواء في تناول الطعام أو في مخاطبة الكبار.

وتزايدت قوائم شكاوى الأمهات حتى تخيلت أنها بلا نهاية وأننا بحاجـــة إلى (أعمار) إضافية لنتمكن من مجرد استيعابها، ناهيك عن محاولة البحث عن حلول واقعية لها أو التقليل من أضرارها.

ليست مجرد رحلة

ولتخرج من هذه الدائرة "المجهدة" كل من تدور فيها فلا بد لها من كسرها فوراً والقفز بأقصى طاقتها إلى خارج الدائرة، ولا بد لها مـــن استنفار كل الإمكانيات والعواطف الصادقة من أجل البحث عن الحقيقة.

ولنعتـــرف فـــي البداية أن كل إنسان يتحمل مسؤولية توقعاته، ومـــن ذلك أن الأم التي تتوقع أن تكون الأمومة مجرد "رحلة" لطيفة خالـــية من أي مشاكل، وأنها ستنعم فيها بكل مزايا الأمومة بصورة "مجانية" وبدون أن تقوم بتحمل أي أثمان هي أمّ غير واقعية، وعليها أن تخـــتار إمـــا أن تدفع الثمن "طواعية" بكامل إرادتها أو أن تدفعه "مضطرة" وتحت الإجبار والإذعان، والفارق كبير بين الحالتين.

ولعـــل الذكاء يقودنا إلى ضرورة اختيار الوضع الأول، فعندما ندفـــع الـــثمن باختيارنا وبكامل "الرضا الجميل" فإننا نستمتع لأقصى

درجـــة بما حصلنا عليه، وسنرى الجوانب الجميلة بل والمضيئة فيه أيضا، مما يقودنا إلى التعامل الذكي والإيجابي - دون حدة أو مبالغة - مـــع الجوانب السيئة في الأمومة وسنكون أكثر قدرة على تقليصها لأقـــل مـــا يمكن، مع ضرورة الاحتفال بذلك وعدم تضخيم المعاناة وطردها أولاً فأولاً، واستبدال احتضان الشكر الواعي والمتجدد دوماً للخالـــق عـــز وجـــل بهـــا؛ لأنه وهبنا بفضله وكرمه وإحسانه نعمة الأمومة وهي نعمة جميلة لا يقدّرها حق قدرها إلا من كابد الحرمان منها أو اقترب تماماً ممن تعرض لهذه المحنة القاسية فعلا.

وعلينا تذكّر هؤلاء المحرومات وأن ندعو لهن دائماً بالتعويض الجمـــيل وأن نـــشكر الرحمن على المعافاة من هذا الابتلاء وأن يديم علينـــا هـــذه النعمة الجميلة، وأن يمنحنا القوة والقدرة والحكمة على اســـتقبالها بما يليق بها والاستمتاع بها في الحياة الدنيا وجعلها وسيلة (مـــضمونة) بمـــشيئة الله للفـــوز بالجنة التي أخبرنا رسولنا الكريم صـــلوات الله وسلامه عليه بأنها تحت أقدام الأمهات، وأن نكون من هؤلاء الأمهات.

طريق مسدود

أمـــا الاختـــيار الثاني فهو أن نرفض دفع تبعات الأمومة بنفس راضـــية ونتبرم بذلك فيقودنا إلى طريق مسدود؛ حيث سنقوم رغماً عنا بدفع هذا الثمن بعد أن تناسينا أنه لا يوجد أي شيء في الحياة - مهمـــا كـــان - يتضمن المكاسب خالصة تماماً دون بذل أي جهد أو تحمّل بعض ما قد يضايقنا.

والمـــرأة الذكـــية وحـــدها هي التي تعيد شحن طاقتها النفسية

والعاطفية بل والجسدية أيضاً عن طريق تذكّر النصف المملوء أي الاستغراق في تأمل مكاسبها من الأمومة والتعامل من بعد مع النصف الفارغ – وهو أقل بكثير من النصف – حتى تقلل من حدة امتصاصها له، ويمكنها أن تهز كتفيها قائلة: حسناً لقد كنت أنا أيضاً ابنة تثير المشاكل لأهلها من آن لآخر، ولم أكن الملاك الذي يطير بجناحين، وكان أهلي أكثر صبراً وأقل غضباً لأخطائي وبقية الأبناء، وكان لديهم استعداد أفضل للتعامل بهدوء مع مشاكلنا وهو ما تفتقده نسبة كبيرة من أمهات اليوم.

ويجب أن أتذكر دائماً أنه لم يوجد على وجه الكون الابن الذي لم يسبب لأهله بعض المتاعب من آن لآخر، فلأكن واقعية وأدير حياتي بذكاء وأتذكر اختلاف الأجيال أيضا، وأنني لم يكن يعجبني الكثير من تصرفات أهلي – وقتئذ – وكم استغرقت في البكاء والغيظ من تصرفاتهم ثم تغيّرت مواقفي بعد أن كبرت وأصبحت أمّاً، وليس من العدل ولا من الذكاء أن أطالب أولادي بما عجزت أنا في مثل سنهم عن فعله.

وعليّ أن أستبدل لغة التبرم بمشاكلهم اليومية المتراكمة إلى لغة التقبل والتفهم بضرورة وجود مقاومة من الأبناء لمحاولة تعليمهم كيف يعيشون بصورة أفضل على كافة المستويات، وأن أعي أنهم يقاومونني ليس من قبيل التحدي أو الكراهية لي ورغبتهم في إهانتي ولكنهم يفعلون ذلك لأمر بسيط تماماً وهو وجود تعارض بين ما أريده وبين ما يرغبون فيه، ومع تأكدي أن ما أريده هو الأفضل لهم من أن أتفهم أنهم بخبراتهم المحدودة لا يرون ذلك ويفضّلون أن تسير الحياة وفقاً لما يريدونه هم، وهو يماثل تماماً ما كنت أراه وأنا في مثل سنهم.

الراية البيضاء

وأسمع الآن صيحات اعتراض صاخبة ونظرات غضب متنامية توشــك أن تلتهمني واتهامات بتجاهل شيء مهم هو أن جيل الأمهات لــم يتعامل مع الأهل بمثل السوء الذي يتعامل به الأبناء حالياً، وأن معظــم الاعتراضـــات كانت تكمن في الصدور ولا تخرج إلى العلن وإن خرجت فإن ذلك كان يتم في أضيق نطاق وعلى استحياء أيضا، بعكس ما يحدث الآن من تعامل الأبناء مع الأمهات بندية وتبادل في الاتهامات وعلو الصوت والصراخ...

وأســـارع برفع الراية البيضاء مؤكدة تفهمي لهذه الاختلافات، خاصـــة أنني أم لـــشابين لم يتصفا بأي من صفات الملائكة، وهما ينتمـــيان إلـــى هذا الجيل، وقد مررت معهما بأوقات صعبة للغاية لم أســتطع خلالهـــا الاحتفاظ برغبتي القوية والصادقة في السعي لأن أكون أما جيدة، وتصرفت في ذلك الوقت بخلاف ما أتمناه من تدعيم لأواصر المحبة والمودة بيننا.

إلا أن هــذه المـــراحل كانت مؤقتة وعلى فترات، وأعترف أن الـــسبب - فـــي وجود هذه "الثورات" على دوري كأم تحاول الإجادة بكـــل طاقـــتها في رسالة الأمومة "الرائعة" - هو احتفاظي بالغضب المتـــراكم الـــناتج عـــنها وعدم حصولي على قدر كاف من الراحة الجـــسدية والذهنـــية؛ مما يجعلني أقل احتمالاً ولا يشجعني على بذل المجهـــود لاحتواء المشاكل التي لا بد أن تتواجد بصورة شبه يومية مع تربية الأبناء.

وتنـــبهت إلـــى ضـــرورة تنفيس البخار المكتوم والإفراج عن شـــحنات الغـــضب والإحباط وخيبة الأمل من تصرفات الأبناء أولاً

فأولاً حتى لا تتكاثر داخل قلب وعقل الأم وتقوم بشحنها ضدهم سلبياً وتجعلهـا أسهل استثارة عند حدوث أي خطأ منهم وأقل رغبة وليس قـدرة فقـط على التسامح الواعي وبذل النصح بصورة لطيفة غير مباشرة بعيدة عن الخطب الرنانة.

كمـا لمـست أيضاً أن من أهم أسباب تبرم الأمهات بالأمومة مؤخراً هو تحريض الصديقات، فمن النادر أن تجد أمّا تشكو من أحد أولادهـا إلى صديقة لها ثم لا تسارع هذه الصديقة إلى تحريض الأم علـى ابـنها متهمة هذا الجيل بكل نقيصة وكأنها تتخفف من البخار المكـتوم بـداخلها ضـد أولادهـا وتلقيه داخل عقل وقلب صاحبة الشكوى.

ولعل بعض النسوة يفعلن ذلك من باب المجاملة وإشعار الشاكية بأنهن يُقدرن تعبها من أجل أولادها، ولا يعرفن أنهن بذلك يقدمن لها الحلـوى المسممة لأنهن قد يحرمنها من الاستمتاع بأمومتها والنظر بموضوعية إلى المشكلة وعدم تضخميها.

ويذكرنا هذا بأمهات الزمن الماضي اللاتي كن على عكس ذلك تمامـاً؛ حـيث كـن يتنافسن في تدعيم بعضهن عند الاستمتاع إلى الـشكوى مـن الأبناء ويسارعن بتقديم الدعاء الجميل بالهداية، وبأن يـصبح الأبـناء أفضل مما تريد الأم، ويذكرنها بأنهم يحبونها وغداً سيكبرون ويردّون لها الجميل.

أمّ وليست أجيرة!

ونتوقف هنا عند انتظار رد الجميل فقد اعترفت بذلك الكثير من الأمهـات مما يدفعني للتساؤل "البريء": وهل قمنا نحن برد الجميل

إلـــى أمهاتنا؟ أليس من الأفضل التعفف عن هذا الانتظار؟ أليس من الأفــضل الفرح المتزايد برؤية ثمار حياتنا وهي تخطو خطواتها في الحــياة بثقة ونجاح، وتنفس الاستمتاع بتقدمهم وانتصاراتهم على كل المعـــوقات، وإشعارهم بأننا نفرح لفرحهم ونسعد لسعادتهم، ومنحهم كـــل أحاسيس الشبع العاطفي مما يؤهلهم للانتصار في معارك الحياة القاسية.

ولا نرحب أيضاً بالنغمة الجديدة الداعية لضرورة تقدير الزوج للدور المجهد الذي تبذله الأم في رعاية أولاده، وكأنهم ليسوا أبناءها أو كأنها موظفة عند الزوج في وظيفة الأم مما يجعلها تعيش في دور الأجيـــرة وليس صاحبة الرسالة، والفارق بينهما لا يمكن التعبير عنه بالكلمات ولكل أم الحق في اختيار ما يناسبها.

ولا نـــتفق مـــع القول بأن فاقد الشيء لا يعطيه، وهو ما تردده بعـــض الأمهـــات اللاتي لم يحصلن على الرعاية والاهتمام من قبل أمهـــاتهن، والأصوب أن فاقد الشيء يشعر بأهميته أكثر ممن حصل علـــيه، وأن الأم الذكية وحدها هي التي تمنح أولادها ما كانت تتمناه مـــن مـــشاعر وعواطـــف؛ وبذا تكسب مرتين؛ مرة بالانتصار على جـــرحها القـــديم بعـــدم السماح له بقيادة حياتها وحياة أولادها نحو التعاســـة، وأخرى بتنفس السعادة وهي ترى أبناءها مليئين بالإشباع العاطفـــي والاهـــتمام والـــرعاية وشغل أوقاتهم بما يفيدهم بدلاً من إهـــدارها في متابعة الناس من حولها أو ترك نفسها نهباً للفراغ الذي يؤذيها.

أمـــا الأم التـــي تـــشكو من انشغال زوجها وقيامها بدور الأب بجـــوار دور الأم فلمـــاذا لا تستبدل بهذه الشكوى الاستمتاع بالنضج

وبقـــدرتها علـــى القيام بهذين الدورين معا، ولماذا لا تذكر أن هناك الملايـــين من الأرامل والمطلقات يقمن بهذا الدور بنجاح وبلا تذمر، وأنهـــا أسعد حظاً لوجود الزوج، مع (تحريض) الزوج بذكاء ولطف علـــى الـــتواجد بأفضل صورة ممكنة وإشعار أولادها بحب والدهم، وبغـــيابه الاضطراري وأنه لصالحهم وتشجيعهم على التودد إليه مما يحميهم من الاضطرابات النفسية ويدعم علاقتهم به، ويدفعه إلى بذل أقصى ما في وسعه من أجل تحسين دوره كأب أيضا.

يقـــال عن صدق إن كثرة المسؤولية ليست هي المشكلة، ولكن الكيفية التي ننظر بها هي التي تحدد مقدار معاناتنا منها، فالأم قديماً كانت تقوم بطحن الحبوب وعجنها والغسيل اليدوي وكل أمور المنزل وعندما يقع ولدها تسارع بالاطمئنان عليه قائلة (اسم الله عليك)، أما أم اليوم التي بيدها كافة الأجهزة الكهربائية وهو ما يعوض خروجها للعمل، فإن أول رد فعل لها عند وقوع ابنها هو اتهامه بإفساد ملابسه أو تعريض نفسه للجرح.

أهمس في أذن وقلب كل أم قائلة: استمتعي بأمومتك وتفسي النعم الكامـــنة فيها وسيساعدك ذلك كثيراً على تحمل المسؤولية، وتذكري أن المـــسؤولية تمنحك النضج والتمييز حتى لا يمضي العمر بلا إنجازات، ورتبـــي أولوياتك وضعي الأمومة في مرتبة أولى؛ فهي أهم من العمل وإن كان يمكن الجمع بينهما بنجاح، وأهم من صديقاتك.

وتذكري دائماً أن أعباء الأمومة سيختفي ألمها بعد نظرة رضا مـــن عـــين طفلك أو إحساس بالأمان في قلبه، ولا تنسي ما هو أبقى وأجمـــل وهـــو جزاؤك عند خالقك، ودائماً ما أقول إن أجمل ما في الكون أن تكون المرأة أمّاً.

حنانك سر سعادة طفلك

هبة صابر

الحنان، الحب، العطف هو ما يحتاجه طفلك ليبني شخصيته في المستقبل، فمنذ ميلاد الطفل وحتى بلوغه الشهر الثامن تكون صورته عن نفسه وعمن حوله مشوشة. ومنذ الشهر الثامن يبدأ الطفل في تكوين صورته عن نفسه من خلال علاقاته بالآخرين ونظرتهم له التي يتعرف عليها من طيّات تعبيرهم له عن تقبّلهم له وهذه المرحلة تسمى "المرآة" كما يقول د."فرانسوار دولتو" التي يقوم الطفل فيها بتكوين صورته عن نفسه من خلال ما يراه من حبهما وعطائهما.. بداية من ملامح وجهيهما؛ أي إن الطفل يتعرض بعد الميلاد لما يُسمّى "صدمة الميلاد"؛ لانفصاله المفاجئ والنهائي عن الوحدة الدائمة مع جسد الأم.

صمت الأم.. اكتئاب الطفل

إن ما يحتاجه الطفل منذ ميلاده شيء واحد؛ هو الحنان المطلق الذي يساعده في تكوين الصورة الطبيعة عن نفسه بأنه جاء إلى عالم سيقبل التفاوض فيه حول واجباته نحو هذا العالم، على أساس من قبول العالم له واحترامه لحقوقه المشروعة، فحصول الطفل حتى سنة ونصف على كامل حقه في الحب والحنان بكل صور التعبير المادية والمعنوية.. هو أول ما يجب أن يقدمه الوالدان للطفل، وأن يُزال أي شك عندك من أن غمره بالحنان الآن سيؤدي إلى تدليله، ويمكنك أن تغمري طفلك بالحنان عن طريق التلامس والالتصاق الجسدي بحَمْله

وتقبـــيله، ودوام التواصل الإنساني معه بهدهدته والغناء له، والحديث معه.. فكما يقولون: "الأم الصامتة تمهد لطفل مكتئب".

تقبّل.. لا تأفف

اجتهدي دائماً في إظهار التقبّل له، وعدم التأفف منه كلما احتاج إلـــى حملـــه، بـــل احملـــيه في حب، وانظري في عينيه بكل الحب والحنان؛ فعيناه هي طريقه إلى استقبال المشاعر في هذه المرحلة لأن عدم حصول الطفل على كفايته من الحنان المطلق في هذه المرحلة، وحرمانه من الحنان والقسوة عليه.. يؤدي إلى إحباط طفلك عاطفيّاً، واعتقاده مستقبلاً أن والده يقسو عليه لأنه يكرهه لغيرته منه؛ فقد جاء للدنـــيا ليحتل جزءاً كبيراً من اهتمام الأم برعايتها التي كانت منصبّة بكاملها على الأب، كذلك تشويه شخصيته النفسية على المدى البعيد؛ لينفجـــر ذلـــك كله في مرحلة المراهقة، ويحوّل البيت - بتصريحه برفضه لهذه القسوة الظالمة والكراهية غير المبررة والمفهومة لديه - إلى جحيم لا يطاق.

فأنه خُلق نفساً طاهرة فارغة تناشدكما أن تملآها بالحب والحنان حتـــى يعطـــيكما فيما بعد كل ما تحتاجانه منه؛ "فازرعوا حبّاً تجنوا برّاً".

الصداقة مع أبنائنا.. كيف؟

هند – قطر

كيف لي أن أقيم جسر صراحة وصداقة مع طفلتي (سنتان)؟

الرد

المستشار: أ. نيفين عبد الله صلاح

عزيزتـــي.. تسألين عن الصداقة مع بنت السنتين وكان سؤالك: كيف؟ وهذا بالتأكيد يدل على عبورك نقطة مهمة في حياة الأم لأول مرة: هل أصادق ابنتي أم أظل لها أمّاً لها هيبتها، وأتعامل معها على أنهـــا طفلة دائماً؟ وشتان بين الفلسفتين: فلسفة الترافق والصداقة في الحياة، وفلسفة التحكم في سير الحياة.

وأظن الإجابة ستكون كالآتي:

- إبداء الحب بمفردات طفلتك وليس بمفرداتك أنت، فالطفل يصله الحـــب حين أربت بحنان على كتفه، أو أتلمس شعره، أو أضمه إلى قلبي، أو أبتسم ابتسامة صادقة له، أو أغني معه، أو أندهش مـــثله، أو ألعب معه ما يحبه من ألعاب أو أرقص معه، أو أمثل لـــه أو أعطـــيه ما يجب (دون إفراط).. بهذه المفردات البسيطة الرقيقة نقول للطفل: نحن نحبك. وليس كما يتصور البعض، بل ويـــرددون علـــى مـــسامع الطفـــل: نحن نلبسك أفخم الملابس، ونحـــضر لك أغلى الأطعمة، وندخلك أغلى المدارس... الطفل

خاصـــة فـــي سنوات عمره الأولى لم تدخل مفردات المادة في حياته وعساها لا تدخل أبداً.

- وحاولـــي مـــن البداية فهم طفلتك، فلكل طفل طبيعة خاصة، فلا تحاولـــي فـــرض تـــصرفات بعيـــنها عليها في طريقة الكلام، الملابـــس، اللعب... أعطيها قدراً مناسباً للحرية لتنمو شخصيتها الأصـــلية؛ حتـــى لا تتحول لدمية تتحرك لإرضائك فقط، وليكن حـــدود توجيهك بميزان واحد لا يختل (الحلال والحرام - الأمن والسلامة) ودون مغالاة في الأمر ودون تفريط.
- الصداقة تنمو مع الكلمات الرقيقة والتعبيرات الرقيقة التي تحمل معنـــى الحب والتقدير لكل تصرف جميل. فعلّمي ابنتك الكلمات الـــرقيقة.. علِّمـــيها أن تعبّـــر لك وللآخرين عن حبها فقد أمرنا الرسول - عليه الصلاة والسلام - بذلك، علِّميها أن تشكر وتقدّر مـــا يقدم لها، وتعبّر باللفظ والحركة والإيماءة واللفتة عن ذلك.. فالتقديـــر والتعبير عن الحب يقوي العلاقة بين أي شخصين، فما بالك بين الأم وابنتها.
- أشعريها دائماً بالاهتمام والمشاركة. ابحثي من الآن عن هوايات مـــشتركة، فلا تقحميها على اهتماماتك، فلعلها غير راغبة فيها، ولكـــن إن أبدت اهتماماً بجزئية فيما تفعلين فاجعلي هذه الجزئية هي جسر للتواصل بينكما.
- اشـــرحي لهـــا دائمـــاً وصف ما تفعلين، كأن تقولي: ماما الآن ســـتذهب لفعـــل كذا، كم أتمنى أن أجد صديقة جميلة تشاركني هذا.. ودعي لها قبول عرضك بالصداقة وكذلك المشاركة..
- أشـــعريها أنها صاحبة رأي وقرار يحترم، فاحكي لها عن شيء

ضـــايقك أو أســـعدك، واتركي لها الفرصة لتخفف عنك. كذلك اسأليها عن تصرف مناسب، واسأليها: أتصرف بهذه الطريقة أم بتلك؟ بالطبع اختاري المواقف السهلة التي تكونين أعطيتها خبرة سابقة بها، ولا مانع بالطبع لو اختلقت الموقف.

- اصطحبيها معك للمطبخ، واشرحي لها ودعيها تشاركك، وكذلك أثناء الشراء، وأعمال المنزل.. على ألا يكون بينكما صمت أبداً، بل تبادل حوار مستمر لا ينقطع.
- ابعدي عزيزتي عن النقد، فلا شيء يهدم مثله، فهو يهدم شخصية الطفلة، كذلك يهدم الصداقة بينكما.
- الإنصات الجيد وسيلة رائعة لفهم الآخرين وعلاقتنا بأبنائنا. يفعل الإنـــصات الكثير؛ فهو فضلاً عن إتاحة الفرصة للاستماع دون مقاطعـــة بفهـــم، وتفهـــم لشخصية هذا الابن، فإنه يعطي الابنة إحـــساساً بالأهمـــية، وبأن لديها شيئاً مهمّاً يستمع إليه الآخرون. وهـــذا يبـــيّن كثيـــراً ثقتها في نفسها والآخرين. كذلك يعلّمها أن تستمع للآخرين، وأن تحاول فهمهم فهماً صحيحاً.

أجلـــسي ابنتك وضميها إليك ضمّاً حانياً، ثم انظري في عينيها وكلّمـــيها كلمات فيها بعض النغم.. دعيها دائماً تستمع لصوتك وأنت تغنين لها أو تقرئين لها آيات قصيرة من القرآن الكريم، أو تحكين لها قـــصة صغيرة، ومثّلي القصة، وانفعلي معها، وتحرّكي.. طيري مع طفلتك وبها.. نعم مع الأطفال تنمو الأجنحة.

- الطفل يحب الموسيقى، كما تنميه الموسيقى.. اسمعيها.. ودعيها تستمع بها.
- أمسكي بيدها وضعيها في الألوان.. وأخرجي لها عناصر الدهشة

والــبهجة.. واتركي يدها متحركة تشكّل باللون ما تراه هي في عالمهــا لمــسات صغيرة، فخطوط، فأشكال مسماة، وهكذا...، فعساها تصبح فنانة رائعة.. فكم نحتاج لفنانين مسلمين حقاً.

خلاصة القول: حب خالص أطلقيه مع الابنة، ومشاركة حقيقية تنمو زهور الصداقة..

ولمزيد من التفاصيل المفيدة حول هذا الموضوع يمكنك الرجوع إلـــى الموضـــوعات التالية بـــ "معاً نربي أبناءنا" بشبكة إسلام أون لاين:

- مصاحبة الأبناء..متى، كيف ولماذا؟؟
- طفلي يصرخ أفهموني أستجب لكم - متابعة
- مفاجأة: ابن سنتين أيضاً له أنشطته

الفصل الثالث

صحة طفلك ونموه

الرضاعة الطبيعية..
أرضعيه ولو بماء عينيك

هــل من الضروري أن أرضع طفلي طبيعياً؟ وهل حليبي هذا أفيد لرضيعي من الحليب الاصطناعي الموجود في الصيدليات؟ وإذا أحببت أن أرضع، فهل هناك وضع معين؟ وماذا يجب عليّ أن أعمل حتى أحافظ على كمية كافية من الحليب؟

سلمى - الأردن

الرد

المستشار: د. مصطفى عبد الرحمن

أختــنا الفاضــلة.. قبل أن أحاول الرد على تساؤلاتك، أود أن أذكــرك أن الإرضـــاع وقبل أن نبحث في فوائده وميزاته هو وظيفة طبيعية، بل غريزة فطرية عند كل أم، كانت تؤديها برضى وطواعية وأريحــية مـــنذ أن خلق الله سبحانه الوجود، وبعث أبانا آدم - عليه الــسلام - وأمـــنا حواء، إلى أن ظهرت هذه الأصناف التجارية من الحليب الاصطناعي، وذلك بعد الحرب العالمية الثانية، وتفجّر الثورة الصناعية في الغرب، حيث أجبرت المرأة أن تنزل إلى العمل، وتقف أمـــام الآلة لساعات طوال، فمن أين لها بعد ذلك إرضاع طفلها عند عــودتها إلى منزلها، وقد تعب جسمها وأرهقت أعصابها، فكان هذا الحليب هو البديل في إرضاع وليدها.

تخطئــين كثيراً حين تتخلين عن إرضاع طفلك طواعية، ودون

أي سبب يمنعك من ذلك، وتقررين أن تعطيه من هذه الأصناف المختلفة من الحليب الصناعي، ومهما يكن قرارك فأحب أن أذكرك بالفوائد الكثيرة لحليبك لك ولوليدك:

بالنسبة لك:

- يحميك الإرضاع من كثير من الالتهابات الرحمية بعد الولادة.

- يجنبك خسارة الدم الزائدة المرافقة للولادة، حيث يساعد الإرضاع في توقف النزيف الناجم عن الولادة.

- يساهم في عودة الرحم إلى حجمه الطبيعي ومكانه الطبيعي بسرعة بعد الولادة.

- يمنع حصول الحمل عندك بنسبة تزيد على (98%)، دون تناول مانعات الحمل.

- ودراسات كثيرة أكّدت أن الإرضاع يقي من حدوث سرطان الثدي، وكذلك سرطان الرحم عند الأم المرضع.

أما بالنسبة لوليدك:

فإن حليبك يحميه من الإصابة بالالتهابات الجرثومية، وذلك بما يحويه من عوامل مناعية، ويحميه أيضاً من الإصابة بالحساسية الغذائية؛ وذلك نتيجة لخلوه من البروتين المسبّب لهذا النوع من الحساسية والموجود عادة في الحليب المصنع والمستخرج من حليب الأبقار، ودراسات عديدة بيّنت أن حليبك يمنع نقص الكلس في دم وليدك، فيساعده على بناء عظام متينة، ولا أنسى أن أذكّرك بأن الطفل الرضيع من حليب أمه قليل الإصابة بالسمنة ونادر التعرض للاضطرابات النفسية، وأن نمو فكيه وأسنانه يكون سويّاً خالياً من التشوهات.

وهناك أيضاً فوائد نفسية روحية للإرضاع: فهو يساهم في بناء نفس سوية سليمة ومطمئنة عند وليدك، ويقوي الصلات الروحية والوشائج العاطفية بينك وبينه، ويشعرك بأنوثتك وبوجودك كأم تؤدين دورك الطبيعي والفطري في هذه الحياة.

لكن هذه المعاني النفسية والروحية لا تتحقق إلا بشرطين: أن تكون عندك الرغبة الذاتية بالإرضاع، وأن تكوني أثناء الرضعة حاضرة القلب، هادئة النفس، غير شاردة ولا متوترة.

وهناك أيضاً فوائد عملية للرضاعة من الثدي: فالحليب دوماً جاهز، دائماً بحرارة ثابتة وملائمة، طاهر ومعقّم، سهل الهضم، أسهل عليك أثناء السفر والترحال، اقتصادي في المال والوقت.

لا بد أن تعلمي أنه ليس هناك وضعية مثالية للإرضاع، فأرضعيه جالسة أو مضطجعة، بشرط وحيد هو أن تكوني أنت وهو في وضع مريح. أما عدد الرضعات فلا عدد لها، وتكون بحسب طلبه، خاصة خلال الشهر الأول من عمره، فيعطى الثدي عند بكائه.

ولكن للتقريب أذكرك بأن الطفل وفي شهره الأول عادة يرضع كل ثلاث ساعات تقريباً، ثم بعد ذلك يباعد بين الرضعات شيئاً فشيئاً. أما بالنسبة لمدة كل رضعة، فهي غالباً تدوم حوالي (15) دقيقة قد تطول أحياناً إلى (20) دقيقة، وهنا أذكرك بأمرين هامين:

الأول: في كل رضعة، يجب إعطاؤه كلا الثديين، ولكن لا تعطيه الثدي الثاني قبل أن يفرغ الثدي الأول تماماً، حيث إن هناك مواد دسمة موجودة في نهاية الرضعة إن لم يفرغ الرضيع الثدي تماماً، فلن يستفيد منها، وبالتالي يشعر باستمرار بحس الجوع، وكثيراً ما تقول الأمهات خطأ إن حليبهن غير كافٍ، فإما أن يعطين

حليباً اصطناعياً مع حليبهن، أو أن يوقفن الرضاعة الطبيعية ويستعضن عنها بالحليب الصناعي، وهذا مؤسف.

والثاني: هو أن تناوبي بين الثديين، فإن أعطيته في هذه الرضعة الثدي الأيمن وأنهيتها بالأيسر، ففي الرضعة المقبلة، تبدئين بالأيسر وتنهين بالأيمن.

ويجب أن تعلمي أختنا أن نجاح الإرضاع يعتمد على توفر الشروط الأربعة التالية:

الأول: أن تتخذي قرار الإرضاع أثناء الحمل، وذلك عن معرفة واقتناع بأنك سوف ترضعين طفلك، وهذا هو العامل الأساسي في نجاح عملية الإرضاع، أما أن يصل الحمل إلى نهايته وأنت ما زال قرارك غير واضح بهذا الشأن، فاعلمي أن الإرضاع وإن بدأته بعد الولادة، فلن يستمر في غالب الأحيان.

الثاني: التحضير الجيد للثديين قبل الولادة، وخاصة خلال الشهرين الأخيرين، وذلك بالعناية بنظافتهما، واستعمال حمالة ثدي غير ضيقة ومن نسيج قطني ناعم وطري، وكذلك بإجراء التدليك اللطيف والخفيف للثديين والحلمتين؛ لإخراج بضع قطرات من الحليب (اللبن)، وهو ما يساعد على فتح الأقنية الحليبية وتحضيرها لعملية الإرضاع.

الثالث: الرضعة الأولى يجب أن تكون مبكرة: وقبل مضي (3) ساعات من حياة الوليد، حيث إن هذه الرضعة المبكرة تساعد على إفراز الحليب وإفراغه.

الرابع: أن تكون تغذيتك متوازنة أثناء فترة الحمل وكذلك الإرضاع: فالوجبات يجب أن تكون منتظمة المواعيد، تحوي كمية

كبيـرة مـن الحلـيب والماء وقليلاً من العصائر، وغنية بالخضار، والفواكه، واللحوم البيضاء كالدجاج والسمك.

أمـا عن الفطام وهو التوقف النهائي عن الإرضاع، فلا بد فيه مراعاة الأمرين التاليين:

الأول: ألا يحـدث قبل الشهر السادس من عمر الوليد: فلا ينال الوليد كمية كافية من العوامل المناعية، إلا بإرضاعه على أقل تقدير مدة (6) أشهر.

والثانـي: هـو ألا يحـدث الفطام فجأة: ولذلك يجب أن يحدث الفطام تدريجياً، وذلك بالبدء بتنويع غذاء الرضيع منذ الشهر السادس وذلك بإدخال الفواكه، وفي الشهر السابع تدخل الخضار، وفي الشهر الثامن اللحوم البيضاء وصفار البيض، وفي الشهر التاسع من الممكن إدخال أي نوع من الأطعمة دون استثناء، ما عدا بياض البيض الذي يجب أن يؤخر إلى ما بعد السنة الأولى؛ بسبب ما يمكن أن يحدثه من حساسية غذائية.

خلال هذه الفترة يتم العمل على إنقاص الرضعات إلى رضعتين واحـدة فـي الـصباح والأخرى في المساء، ثم إن حدث الفطام بعد الشهر التاسع فلا بأس، مع أنه يفضل الاستمرار بإعطاء رضعة إلى اثنتين حتى نهاية السنة الثانية كما ورد في القرآن الكريم، وصرَّح به الكثير من أساتذة التغذية في الغرب.

والنـصيحة الأخيـرة: لا تتناولي أي دواء وأنت مرضع إلا بعد استـشارة الطبيب، فكثير من الأدوية تمر عبر حليبك إلى وليدك وتؤذي أعضاءه وأجهزته.. وأخيراً أرضعيه.. أرضعيه ولو بماء عينيك.

إرجاع الحليب
في الشهور الأولى للطفل

الطفلة منذ ولادتها وعندها إرجاع للبن بعد الرضاعة، وقد كان إخـــوتها مـــثلها في الصغر إلى سن قريبة جداً حوالي 3 – 4 أشهر وينقطع ذلك، إلا أن حالة الطفلة تجاوزت الفترة حتى سنها الحالية 5 أشهر وهي تتناول فقط ثدي أمها من ألبان مع إدخال بعض الوجبات لها، إلا أن الإرجاع لكل ما تتناوله ما زال بل وبكميات كبيرة.

أم عاصم – اليمن

الرد

المستشار: د. نبيل حنفي زقدان

الأخـــت العزيزة أم عاصم، السلام عليكم ورحمة الله وبركاته.. إن عملـــية إرجـــاع الحلـــيب في الشهور الأولى من العمر هي من الأعـــراض الـــشهيرة التـــي يتعامل معها الأطباء بكثير من الهدوء والـــصبر، فـــي حـــين تـــتعامل معهـــا الأســـرة بكثيـــر من القلق والاضـــطراب.. وواقع الحال أن أغلب هذه الحالات ليست مرضية، ولكن يكون السبب أن المعدة لا تستوعب كمية الحليب الذي يرضعه الطفل في شهوره الأولى من العمر.

مـــن هنا تأتي عملية إرجاع الحليب الشهيرة، وبالطبع فإن هذه العملـــية تنتهي بعد عدة أشهر من عمر الطفل، ولكن ليس في ميعاد

محـــدد، أما استمرارها بعد الشهر الثالث أو الرابع بصورة ملحوظة فيـــستوجب فحصاً طبيّاً، خاصة إذا كان وزن الطفل أقل من المعدل الطبيعـــي، وهذا هو واقع الحال بالنسبة لهذه الطفلة؛ حيث إن وزنها أقـــل نسبيّاً من معدل الوزن الطبيعي لطفلة تبلغ من العمر 5 أشهر، حـــيث ذكـــرت فـــي بـــيانات الـــوزن الخاصة بالطفلة أنها تبلغ 6 كيلوجرامات!

وأنـــا أرجح أنه بعد هذا الفحص لن يكون هناك سبب مرضي لهـــذه الظاهـــرة، ولكن قد تحتاج الطفلة فقط لبعض من الاحتياطات وتنظيم الوجبات ونوعيات الأكل، ولا شيء أكثر من ذلك. مع تمنيات الطبيبة للطفلة بالصحة والسعادة.

صغيرتي والنمو.. تساؤلات حائرة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، أولاً كل عام وأنتم بخير ورمضان كريم وتقبّل الله صيامنا وقيامنا وغفر ذنوبنا جميعاً، ولكم كل الشكر والتقدير لهذه الخدمة الجليلة التي تقدمونها لنا.

أنا أم لطفلة عمرها 7 أشهر وهي طفلتي الأولى، عندما ولدتها كان وزنها 3 كيلوجرامات وكانت وزنها يزيد بصورة طبيعية، إلا أنها في الفترة الأخيرة أصبحت تنمو بصورة بطيئة، وعندما أقارنها بمن في سنها وحتى الأصغر منها، أجد حجمها صغيرا جدا.

وكانت قد أصيبت منذ أيام بزكام والتهاب وبعدها نقص وزنها نصف كيلو.. أدخلت لها الأطعمة التكميلية منذ نهاية الشهر الرابع، حيث أعطيها السيريلاك والفول وصفار البيض والخضار المسلوقة والبسكويت، ولكن مشكلتها أنها ترفض شرب الحليب، حاولت معها كثيرا دون جدوى ولكن لا فائدة.

كما أنها تعاني أيضاً منذ ولادتها من الإمساك، خاصة بعد إدخال الأطعمة الصلبة.. فما هي أفضل أنواع الأطعمة التي تساعد في النمو المتكامل لها ولا تسبب الإمساك؟ وماذا أفعل ليصبح وزنها مناسبا؟ وهل تحل منتجات الحليب بدلاً عن الحليب نفسه؟

هي أيضاً وحتى الآن لا تستطيع التحول من الظهر للبطن وبالعكس، كما أنها عندما تكون على بطنها لا تزحف ولا ترتكز على يديها عند محاولة النهوض عندما تكون مستلقية بل ترفع جزأها

الأعلـــى فقط رغم أن حركة يديها ورجليها طبيعية، هل يعتبر الأمر طبيعياً أم ربما يكون هناك خلل في جهازها العضلي أو العصبي؟

أعذروني على الإطالة، لكني قلقة جداً عليها، وجزاكم الله خيراً، أفيدوني رجاء.

أم ريم – السودان

الرد

المستشار: د. هناء القراقصي

الأخـــت العزيـــزة أم ريم، وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته، بـــارك الله لك في طفلتك وأنبتها نباتاً حسناً، وقر بها عينك وحفظها لك.. آمين.

ممـــا ذكـــرت لنا ومن بيانات الطفلة؛ فريم فعلاً طفلة متوسطة الـــوزن، وإن كانت أطول من أقرانها، ولكن طولها هذا يجعلها تبدو أكثر نحافة.

عزيزتـــي أم ريـــم، لن أخفي عليك تعجبي من أنني لم أجد في رسالتك أي إشارة إلى استخدام أي فيتامينات أو حديد للطفلة، وهو ما تحتاجه ريم لتفادي حدوث الأنيميا.

أرى الآن أن تحاولـــي الإكـــثار مـــن إعطـــاء طفلتك الألبان والمنـــتجات اللبنـــية؛ لأن الأطفال في هذه الفترة من العمر يحتاجون للكالسيوم لبناء العظام والأسنان، وإذا لم تتقبل ريم الألبان فعليك إذن زيادة كمية الزبادي والجبن والمنتجات اللبنية الأخرى.

أما بالنسبة للإمساك فيمكنك زيادة الأغذية كثيرة الألياف للتغلب

علـــى هـــذه المـــشكلة، مثل الخضراوات والفواكه، وخاصة الكوسى والطماطم والكمثرى والمشمش.

أمـــا الشق الثاني من سؤالك، فندعوك للاطلاع على الاستشارات التالية بشبكة إسلام أون لاين؛ علك تجدين فيها الإجابة عن تساؤلاتك:

نقص وزن الأطفال.. ليس دائماً مرضـي

هلع الجداول.. ظاهرة جديدة في عالم الطب!

الإمساك لدى الأطفال.. بروتوكول مقترح للعلاج

الطفل الأول.. لا تتعجلي مراحل نموه

الإمساك.. إسراف في تغذية الطفل

تأخر المشي والتسنين.. اختلط الحابل بالنابل

طفل الأشهر الخمسة.. حيرة وتساؤلات

عندي طفل يبلغ من العمر 5 أشهر، فما الأكلات التي ينبغي أن أعطيه إياها؟ وهناك مشكلة أخرى وهي نزول لعاب من فمه بشكل كثير، وبدأ هذا الأمر وعمره شهران، فما علاج هذا؟ ومتى أستطيع فطمه عن الرضاعة الليلية؟ وما الأكلات التي تساعد على طول البنية بالنسبة لطفل يبلغ من العمر سنتين وثمانية أشهر؟ ولكم جزيل الشكر.

أم محمد – سوريا

الرد

المستشار: فريق الاستشارات الصحية

الأخت الفاضلة أم محمد، بارك الله لك في ذريتك ورزقك وتربيتهم على النحو الذي يرضيه عنك.

لنبدأ معاً الرد على تساؤلاتك بتناول أساليب تغذية ابننا الحبيب ذي الشهور الخمسة، ونهمس في أذنك بأن الطفل في هذه السن لا بد أن تكوني قد بدأت بإدخال بعض الأطعمة الخارجية على غذائه، مثل عصير البرتقال ومسحوق الذرة والحبوب "السيريلاك"، ونضيف عليها ابتداء من هذا الشهر الزبادي وكوكتيل الفواكه المهروس والخضار المسلوق.

ونود أن نلفت نظرك إلى أنه يجب أن يكون إدخال أي طعام

جديد على غذاء الطفل تدريجياً، بحيث يعطى الطفل في البداية كمية صـــغيرة لا تزيد عن ملعقة متوسطة "20 جراماً"، ونزيد هذه الكمية يـــوماً بعد يوم حتى تصبح وجبة كاملة يتناولها الطفل "150 - 200 جرام".

ويعتبر الزبادي غذاء مهماً للأطفال، وذلك لاحتوائه على خمائر اللاكتوباســيلوز الحمضية والتي تساعد في عملية هضم اللبن وعلى امتصاص الكالسيوم من الأمعاء.

ومـــن الأطعمة المفيدة للطفل كوكتيل الفاكهة المهروسة، ويمكن تحضيره بوضع التفاح أو الكمثرى مع الموز والبسكويت أو مسحوق الحـــبوب والبـــرتقال أو الليمون أو اللبن، في الخلاط إلى أن يصبح قوامه متجانساً وناعماً. ويعطى للطفل بالملعقة مع ملاحظة أن يكون المـــوز المستخدم ناضجا أي ذا قشرة صفراء أو سوداء لا خضراء؛ لأن هـــذا دلـــيل على تحول محتويات الموز من النشا إلى السكريات الأسهل هضما.

أما وجبة الخضار المسلوقة فهي تعطى للطفل مهروسة، وعادة مـــا تـــتكون مـــن الجزر والكوسى والبطاطس في البداية حتى يعتاد الطفـــل علـــيها، ثم نبدأ بعد ذلك بإضافة قطع الدجاج أو اللحم البتلو (30 جـــم). وهنا علينا أن نذكّرك أنك ستقابلين صعوبة وربما رفض من قبل الطفل في أول الأمر، لكن عليك المثابرة إلى أن يتقبلها منك. وننـــصح بعدم إضافة السكر لهذه الوجبة حتى يعتاد الطفل على كل المـــذاقات، ولا يرفض فيما بعد كل ما هو غير محلّى. ولنلخص لك تصورا لجدول غذاء طفل في شهره الخامس كما يلي:

الساعة السادسة صباحاً: رضاعة طبيعية.

الساعة العاشرة صباحاً: مسحوق الحبوب "سيريلاك".

الساعة الثانية ظهراً: زبادي أو خضار مع قطع الدجاج أو اللحم.

الساعة السادسة مساء: كوكتيل الفواكه.

الساعة العاشرة مساء: رضاعة طبيعية.

أما عن استفسارك الثاني حول نزول اللعاب من فم الطفل فنقول:

لا يوجد ما يميّز الأطفال ويرتبط بهم أكثر من نزول اللعاب من الفـــم. أمـــا كـــونك قد وصفته "بالكثير" فننصحك إذن بزيارة طبيب الأطفال للاطمئنان على عدم وجود أي التهابات في اللثة أو الحنجرة؛ وهو ما قد يؤدي لزيادة في إفراز اللعاب. وفيما عدا ذلك فهي ظاهرة طبيعية جدا فلا تلقي لها بالاً.

وبالنـــسبة للفطـــام من الرضاعة الليلية فيبدأ تعويد الطفل على تـــركها تدريجـــياً بأن نهمل هذه الوجبة يوما أو يومين في الأسبوع عـــندما يغلـــب على الطفل التعب والإرهاق من اللعب فينام قبلها، ثم جعلها يوما بعد يوم، ثم يومين في الأسبوع، ثم الفطام النهائي منها.

وأخيراً بخصوص الأكلات التي تساعد على طول البنية لطفلك الآخـــر فـــنودّ في البداية أن نذكر لك متوسط طول الأطفال في هذا العمـــر؛ لأن بعـــض الآبـــاء والأمهات قد يتوهمون أحياناً أن طفلهم قـــصير القامة فقط لأنهم قارنوه بابن الجيران أو بقريب له، ويتمنون لو كان ابنهم أطول مما هو عليه.

والطول يعتمد على عوامل أخرى بجانب الغذاء وأهمها العوامل الوراثـــية، فعـــادة ما يكون طول الأبناء مقارباً لطول الآباء. ويمكن حـــساب متوســـط الطـــول بالنـــسبة للسن بالتقريب بالمعادلة التالية:

(عمر الطفل بالسنين مضروباً في 5 + 80) = الطول بالسنتيمتر.

فإذا كان عمر ابننا الغالي سنتين و8 أشهر فستكون المعادلة كما يلي: (2.8 في 5) +80= 94. فإذا كان طول طفلك مقارباً لهذا الرقم فإن طوله يعتبر مناسباً جداً.

أمـــا الغذاء الذي يساعد على الطول فلا بد أن تعلمي أن كل العناصـــر الغذائية مهمة في هذا العمر من بروتين وكربوهيدرات ودهـــون ومعـــادن وفيتاميـــنات... فقـــط عليك أن تهتمي بالغذاء الـــصحي والمتوازن مع الرياضة بأنواعها المختلفة والتي تساعد على شد العضلات وطول القامة وهذا بالطبع في المستقبل القريب بإذن الله. بارك الله لك في أولادك وأنبتهم نباتاً حسناً وأسعدك بهم إن شاء الله.

وليدك الأول.. نصائح لك وله

السلام عليكم، أشكركم على هذا الموقع الرائع لقد تعرفت على الموقع قريباً.

أنــا حامل بالشهر التاسع متزوجة من 11 شهراً لقد سمعت عن تغذيــة الطفــل من الشهر الثالث بأشياء مثل حساء الأرز والخضار وغيرهما. أريد معرفة كيف يمكنني تحضير هذه الوجبات. وأرجو أن تقدمــوا لي النصائح التي يمكنني الاستفادة منها لي ولطفلي الجديد، علمــاً بأنه الأول وأنا أعيش بمكة بمفردي ليس لدي من يوجهني إلى الخطأ والصواب. ولكم جزيل الشكر

سلوى – سوريا

الرد

المستشار: د. مصطفى عبد الرحمن

الأخت الكريمة، السلام عليكم ورحمة الله وبركاته. أرجو الله أن تكتحل عيناك بوليدك عما قريب وهو وأنت بألف صحة وعافية. أما بالنسبة لتغذية الوليد فأود أن أوضح لك النقاط التالية:

أولاً: أفــضل غذاء تقدمينه لطفلك على الإطلاق منذ مولده هو حلــيب ثدييك، فإذا قررت إرضاعه فإن حليبك وحده كاف له خلال الستة الأشهر الأولى، ولكي تكون كمية الحليب كافية له لا بد من أن تنالــي أنــت قــسطاً من الراحة يومياً ولمدة ساعة على الأقل، وأن

تتناولـــي كمية كبيرة من الخضار والفواكه واللحوم البيضاء كالدجاج والسمك، وأن تشربي كمية من الماء لا تقل عن ثلاثة لترات يومياً.

ثانـــياً: عـــند الشهر السادس ابدئي بإدخال الفواكه على نظامه الغذائـــي وذلـــك على شكل وجبة عند الساعة الحادية عشرة ظهرا، وذلك بإعطائه موزة ناضجة بعد هرسها بالملعقة أو تفاحة بعد سلقها لتصبح قابلة للهرس، ويكون ذلك بالتناوب.

ثالـــثاً: عـــند الشهر السابع أدخلي الخضار إلى نظامه الغذائي وذلـــك علـــى شكل وجبة عند الساعة الرابعة بعد الظهر وذلك بسلق مجمـــوعة مـــن الخضار الموسمية مع بعضها (بطاطا، جزر، لفت، بـــازلاء...) حتـــى تنـــضج ويسهل وضعها بالخلاط لتخلط جيدا إلى درجة التجانس دون إضافة ملح أو سكر.

رابعـــاً: عـــند الـــشهر الثامن أدخلي اللحوم البيضاء المسلوقة وصـــفار البيض المسلوق بالتناوب إلى طعامه وتضاف إلى الخضار علـــى الطريقة السابقة، أما صفار البيض فيعطى لوحده، ويمكنك أن تعطـــيه اللحمـــة بالتناوب مع صفار البيض، أي يومياً نوع واحد من هـــذين الصنفين: إما صفار البيض وإما اللحمة البيضاء؛ لأن لهما – تقريباً – نفس القيمة الغذائية.

خامـــساً: عـــند الـــشهر التاسع يمكن لطفلك أن يأكل ما يشاء، وعـــندها يمكـــن أن تدخلي له اللحمة الحمراء واللبن والأرز والخبز وبقية الأطعمة.

سادســـاً: حافظي دوماً على رضعتين يومياً بعد الشهر السابع: رضـــعة صـــباحاً وأخرى مساء إلى نهاية السنة الأولى وحتى نهاية السنة الثانية إذا استطعت.

ملاحظة:

رغـــم وضـــاحة هذه المعلومات سوف تجدين أنها لا تخلو من بعــض الغموض ككل الأمهات اللاتي أراهن في العيادة يومياً، ولكن اعلمـــي أن تغذيـــة الوليد شيء بسيط وغير معقد ويأتي مع التجربة، فمـــع الولد الأول فقط تكون التجربة جديدة وصعبة نوعاً ما، أما بعد ذلـــك فستـــصبحين من المجربات الخبيرات ويكون الأمر أسهل، ولا تتواني عن طلب النصيحة من أم أو أخت أو جارة أو صديقة مجرّبة فذلك سيساعدك ويخفف من قلقك.

ونحن معك دائماً لنجيبك عن كل تساؤلاتك إن شاء الله. سلّم الله لـــك وليدك وحفظه لك بأحسن حال. ولا تنسي أن تتابعينا بأخبارك. داعين الله أن يسهّل لك ولادتك ويجعلها ميسرة، آمين.

وللاســـتزادة يمكـــنك الاطـــلاع على الاستشارات التالية بشبكة إسلام أون لاين:

تغذية الحامل وتحديد موعد ولادتها

خطوط عريضة.. لتغذية الرضع

طفل الأربعة شهور.. ومشاكل النمو

لبن الأم.. الغذاء الأفضل في الشهور الأولى

تساؤلات أمّ لأول مرة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، لديّ ابن يبلغ من العمر سنة، وقــد كــان يرضع رضاعة طبيعية بنسبة 85% إلى جانب الحليب الــصناعي، ولكنه فجأة توقف عن الرضاعة الطبيعية بعد أن عضَّني بقــوة، وصرخت عليه، فأصبح يرفضني، وكلما حاولت معه يعضني بقوة، وهو ينظر إليّ، فما هو سبب ذلك؟ وماذا أفعل؟ وأيضاً أريد أن أعرف هل يتعلق المشي بالذكاء؟ فهو لا يمشي ولا يقف بمفرده، مع أن لــه أربــع أســنان، وأريد أن أعرف كيف أنمِّي ذكاءه؟ وما هي الألعاب التي تفيده في هذا الموضوع؟ وشكراً لكم.

نهلة – السعودية

الرد

المستشار: أ.د.تيسير محمد الزيات

وعلــيكم الــسلام ورحمــة الله وبــركاته، أختي الفاضلة الأم الصغيرة/نهلة

يــبدو أن مــشهد الحيــرة يتسع؛ ليضمَّ إليه كل أم تخوض تلك التجربة الممتعة لأول مرة "تجربة الأمومة"، لا حرم الله منها كل من يستطيع صيانتها.

هــي نفــس الأســئلة تَرِدُ إلينا من كل أم جديدة، وإن اختلفت صــيغتها أو بلــدها، فيبدو أن الأمومة هي اللغة المشتركة بين جميع

الكائنات البشرية، أُلِّفت من مفردات الحنان، والقلق، والحيرة، والسعي لما فيه خير فلذات أكبادنا، وإن اختلفت أشكال تعبيرات الأمهات عن ذلك الأمر.

ولقد حمل السؤال شقين هامين في تربية الأطفال، وطفلك بصفة خاصة: شق صحي، وشق تربوي، وسأبدأ معك بالصحي.

وهنا تجيبك الدكتورة تيسير الزيات الأستاذة المساعدة لطب الأطفال بكلية طب الأزهر بقولها:

بالنسبة لتوقف الطفل عن الرضاعة الطبيعية بصفة عامة فليس هناك سبب محدد ومعروف في الطب لهذا الأمر، فبعض الأطفال يتوقفون عن الرضاعة من تلقاء أنفسهم، وبعضهم يحتاج إلى نظام سهل، وبعضهم يحتاج إلى فطام شاق ومجهد، كلٌ حسب طبيعة كل طفل.

أما بخصوص المشي، فليس هناك علاقة أيضاً معروفة طبيّاً بين المشي ونسبة الذكاء، فالطفل الطبيعي يمشي عادة بين سن 12 شهراً إلى 18 شهراً، وأحياناً قبل ذلك، فإذا ما تأخر عن هذه المدة 18 شهراً يبدأ القلق، ولا بد ساعتها من عرضه على طبيب خاص؛ ولذلك اهدئي يا سيدتي، ولا داعي للقلق.

أما عن أهم ما يمكن القيام به لتنمية ذكائه فهو الآتي:

- الإكثار من الحديث معه ومناغاته وملاغاته.

- وضعه في جو اجتماعي وعائلي دائماً، سواء من أسرتكم النووية "أنت ووالده"، أو أسرتكم الكبيرة كلما أتيحت الظروف لذلك.

- ابدئي من الآن في قصِّ الحكايات عليه، مستعينة في ذلك بالقصص المصنوعة من القماش، والألعاب للقصص.

- أتيحي له فرص اللعب مع الأطفال الذين من عمره، وشاهدي تفاعله معه، ومن خلال ذلك علِّميه المهارات الاجتماعية المختلفة.

- أحـــضري لـــه بعـــض الأوراق والأقـــلام الملوَّنة الكبيرة، وشاركيه الرسم والتلوين، لكن لا تتوقعي منه شيئاً معيناً، أو تفرضي عليه القيام بشيء معين، فقط اتركيه يتصرف بطبيعته.

- غنِّـــي معه وله، وقومي بتمثيل الأغنية له أثناء ذلك مستعينة بلعبه المختلفة.

- أخرجيه للهواء الطلق في الأماكن المفتوحة، فالأطفال يحبُّون الانطلاق مهما كان في البيت من لعب أو تجهيزات، حتى إن العرب قـــديماً كانوا يتركون أطفالهم يتربَّون مع البدو في المراعي الواسعة حتى يكبروا.

وأخيراً - أختي الكريمة - ابذلي قصارى جهدك مع طفلك، ولا داعي للقلق كثيراً، واستعيني بالله تعالى في تربيته. بارك الله لك في ولدك، ورزقك الذريَّة الصالحة.

إلى هنا ينتهي كلام الدكتورة تيسير.

أختـــي الكـــريمة.. لا أجد في النهاية سوى أن أقول آمين على دعاء الدكتورة تيسير لك ولولدك، وفي انتظار أخبارك.

الطفل الأول والبكاء على ماضي الهناء

أحببت أن أسأل ذوي الخبرة في صفحتكم لاعتقادي أن موضوعي مرتبط من الناحية النفسية والصحية للطفل.

طفلتي عمرها سبعة أشهر كثيرة البكاء، ولله الحمد ستسألنني ربما عندها مغص أنا متأكدة بأنه لا يوجد لديها مغص لأنني دائماً أدلكها بزيت الزيتون، وأسارع بإعطائها ماء غريب إن كان هناك مغص، وأغيّر لها الحفاظة بانتظام وأعطيها خضاراً مهروساً وحليباً وعصيراً بترتيب.

لكن مشكلة ابنتي أنها تعودت على الحمل دائماً وتنام معي وتستيقظ معي أي لا يوجد لدي حياة اجتماعية؛ لأنني أينما ذهبت أضطر لأن أحملها وأمشي بها، أعطيت نصيحة بأن أتركها تبكي وعندما نفذت النصيحة كان من الصعب إسكاتها لدرجة أنها وهي نائمة تشهق من كثرة البكاء وصعبة الإرضاء، جرّبت كل شيء مع ابنتي الرضيعة، واعلم أن الخطأ خطئي منذ البداية، لكن هل من فرصة لتصحيح هذا الخطأ؟

أعتقد بأن صغيرتي متعلقة بي لدرجة كبيرة تعبت منها كثيراً، فأحياناً كثيرة أود الصراخ وأتعوذ من الشيطان، وأتمالك نفسي؛ لأنها لن تفهم وستخاف، وصلت لمرحلة أنني بت أشتاق لحياتي السابقة، أعترف بأن هناك إهمالاً من قبلي لزوجي وبيتي وحتى نفسي.

أعرف سترد تعليقات كثيرة تلومني على الإهمال، لكن صدقوني صغيرتي بكاؤها أكثر من اللازم وبدون مبالغة حتى إن زوجي اشفق

على حالي والحمد لله أنه من النوع المتفهم حتى أخذ إجازة ليستلمها عني.

أذهــب للاستجمام ولم تمض ثلاث ساعات إلا أنه ضاق ذرعاً واتــصل بــي وهو مصدّع منها بجد لو سمحتم بلا تعليقات ساخرة، وأطلب من ذوي الخبرة أو الأطباء أو خبير اجتماعي أن يعطيني حلاً لمشكلتي مع الصغيرة، وطبعاً أولاً وآخراً الحمد لله على هذه النعمة، وجزاكم الله خيراً..

رندا - السعودية

الرد

المستشار: د. حمدي عبد الحفيظ شعيب

بــسم الله الــرحمن الــرحيم.. الأخت الفاضلة.. السلام عليكم ورحمــة الله وبــركاته.. أسأل الله عز وجل أن يجعلني دوماً مقصداً لفعــل الخير؛ وأن يجعل بيوتنا ومراكزنا وموقعنا قبلة للمؤمنين وكل المسترشدين. وبعد..

فإننــي أهنــئكم علــى الجزاء الإلهي الذي ينتظر أصحاب هذه المشاعر الوالدية الدافئة الحانية الراقية؛ وهذا المجهود الذي لا يتحمله إلا مــن أوصــى الخالق بحسن صحبتهن؛ وبشّرهن بأن الجنة تحت أقدامهن؛ فهنيئاً لكنّ المكانة وهنيئاً لكنّ هذه الوصايا النبوية وبشراكنّ مجدداً بحسن الخاتمة؛ بعونه تعالى.

وأطمئــنكن عن هذه المشاكل السلوكية لصغيرتنا الحبيبة؛ وعن مــستقبلها المبشر إن شاء الله تعالى. وهذه المشاكل السلوكية مبعثها كما قلتِ:

1. عدم خبرة الوالدين في التعامل مع الرضيع.
2. أنها الطفل الأول.
3. طبيعة بعض الأطفال في هذه المرحلة المؤقتة والمبكرة.

فلا داعي لهذا الشعور المرير بالذنب والقسوة على النفس وجلد الذات فأنت معذورة ولك الحق وليس عليكِ. ولنحاول معاً وضع أيدينا على المشكلة الرئيسة عند (عالية) الصغيرة الغالية؛ ألا وهي: كثرة البكاء والذي نتج عنه مشكلة ثانوية أخرى؛ وهي: التعود على الحمل أو الشيل.

بالنسبة لمشكلة كثرة البكاء:

يعود بكاء الطفل حديث الولادة، أو الرضيع، إلى أسباب عديدة؛ ويمكننا تقسيمها إلى ثلاثة أسباب رئيسية:

النوع الأول: البكاء الطبيعي، أو الفسيولوجي العادي: وهو حق لكل الأطفال الصغار.. فلا داعي للقلق!

فمن حق الطفل في هذه الحياة؛ أن يبكي لمدة ساعتين في اليوم عند عمر أسبوعين، ثم يزيد هذا الحق ليبكي لمدة ثلاث ساعات في اليوم عند عمر ستة أسابيع، ثم يقل هذا الحق تدريجياً؛ ليبكي لمدة ساعة يومياً عند عمر ثلاثة أشهر.

والوقت المفضل لهذا الحق؛ هو الفترة المسائية. وأهم أسباب هذا النوع:

1. الاحتياجات الفسيولوجية:

والبكاء هنا ما هو إلا رسالة معناها: أمي، أنا جائع، أنا ظمآن.

وتلاحــــظ الأم أن صـــغيرها ينام فترات قليلة، ويبكي باستمرار عند أوقات قصيرة.

2. الاحتياجات النفسية:

والـــبكاء معناه: من فضلكم أريد المساعدة! إني لا أجد في هذا البيت من يهتم بي، أو يحملني!

لـــذا فـــإن الخطورة في هذا النوع أن نستمر في تجاهل مطالب الصغير النفسية.

3. الرضاعة الخاطئة:

والـــبكاء معناه هنا: حرام، إن معدتي امتلأت بالهواء من جراء هذه الطريقة الخاطئة! خلّصوا معدتي منه! لذا فإنه يجب أن تقوم الأم بمحـــاولات لتكريع الطفل، ليتجشأ هذا الهواء المسبب القوي للمغص وبالتالي للبكاء.

4. أسباب تعود إلى رفض الطفل للجو المحيط وغير المناسب:

والـــبكاء معـــناه هنا: أرجوكم أنا لا أتحمل مثل هذه الحفاظات الـــضيقة، إنـــي أكره هذه الحفاظات المبتلة منذ ساعات، ولم تتغير، وأرفـــض تلـــك الملابس الضيقة، إني لا أتحمل هذا الجو الحار، هذا الجو البارد يضايقني، أرجوكم إني سأختنق بهذا الدخان!

النوع الثاني: البكاء المرضي: ويختلف هذا النوع عن البكاء العادي، بكونه مستمراً وشديداً، وغير طبيعي، والطفل يكون غير طبيعـــي، ويرفض الرضاعة؛ لذا فإن رضاعة الطفل بقوة، تكون علامـــة أنـــه لا يعانـــي من أمراض خطيرة. وهذا النوع؛ إما أن يكون:

1. بكاء شديداً ووقتياً أو عارضاً:

وهـــذا يكـــون نتيجة لإصابة الطفل بمرض حاد؛ مثل التهابات الأذن، أو التهابات الكلى، أو التسمم الدموي، أو التهابات الصدر، أو يكون نتيجة لالتهابات الجلد بسبب الحساسية من الحفاظات، أو يكون نتيجة لاختناق أي فتق.

وتـــشخيص هـــذا النوع يعتمد - بعد توفيق الله - على فحص الطفل جيداً.

2. بكاء شديد ودائم:

وهـــذا يكون نتيجة للحساسية من اللبن، أو نتيجة لمواد كيماوية وصلت للطفل من دم الأم خلال الرضاعة الطبيعية.

وتشخيص هذا النوع يعتمد على معرفة جيدة بالتاريخ المرضي للطفـــل وسؤال الأم عن أنواع الأدوية التي تستعملها، وعن الأغذية التـــي تتـــناولها، ووجوب امتناعها عن تناول البهارات خاصة الفلفل والشكولاتة.

النوع الثالث: البكاء الشديد المسائي: وهذا النوع قد يعرف بأنه مغص الرضع، أو نوبات الغضب عند الرضع، أو المغص المسائي، أو مغص الثلاثة أشهر الأولى.

وهـــذا النوع شائع جدّاً بين الرضع؛ حيث يبدأ من الأيام الأولى ويستمر حتى الأشهر الثلاثة أو الأربعة الأولى. ويتميز بأنه:

1. يكون على نوبات شديدة.
2. غالباً ما يكون في المساء من الساعة (6) مساءً إلى الساعة (9) مساءً.

3. يبدأ صراخ الطفل فجأة ويستمر دون انقطاع لعدة ساعات.
4 أثـــناء النوبة، يكون وجه الطفل محتقناً، وبطنه منتفخة، واليدان منقبضتين، ورجلاه مشدودتين إلى بطنه.
5 لا يهدأ الطفل سواء بالرضاعة أو بحمله.
6 يهدأ عادة الطفل بعد إخراج الريح أو البراز.

وسبب هذا النوع غير معروف، وحديثاً أظهرت بعض الأبحاث أن هذا النوع قد يعود إلى عدة عوامل؛ منها النفسي، أو البيئة والجو المحيط، أو الغذائي.

ثم نضيف ملاحظات مهمة تخص الحبيبة (عالية)، ولمن هم في مثل سنها، فقد يكون عادة البكاء عندها سببه:

1. طبـيعة (عالـية) العـصبية الشديدة: وهذا قد يعود إلى طبيعة عصبية الوالدين، أو الوضع الأسري المتوتر.

وهـذا الـنوع يحـتاج إلى وعي الوالدين والمحيطين بظروف وأحوال (عالية) منذ ولادتها، ويعاونهم فيه (طبيب اختصاصي في نفسية الأطفال).

2. قد يكون نتيجة لنقص الكالسيوم في مرحلة التسنين. وهذا يلزمه استـشارة طبـيب أطفـال مـتابع لأحوالها وتاريخها السابق، ويفحص أي علامات لنقص الكالسيوم عند الطفلة.
3. قـد يـرجع هذا إلى عدم تدريب أم عالية لابنتها في المحاولة التدريجـية لاستقلالها في نومها منذ الأشهر الأولى، وكذلك في الحرص الشديد على حملها فوراً إذا بكت، مما عوّدها على أن هذه الطريقة هي التي تهدأ بها.

فما المطلوب الآن عمليّاً:

1. العرض على اختصاصي الأطفال الخاص بالأسرة، لفحص أي أسباب مرضية كما أسلفنا.
2. العرض على اختصاصي في نفسية الأطفال.
3. المحاولـة التدريجية للاستقلال النومي والنفسي، وكما وضحناه سالفاً في استشارات سابقة، وأهمها:

1. وضعها في سرير وحدها.
2. الجديـة: أي تصمم الأم على الاستمرار في تجربتها دون عودة أو نكوص.
3. الـصبر: فهذه العملية تأخذ وقتاً وجهداً من الوالدين وكذلك من الصغيرة عالية.
4. الحزم: أي عندما توضع عالية في سريرها أو على الأرض فلا يلتفت لصراخها مرة بعد مرة ستتعود.
5. إشـباع احتـياجات الطفلـة في هذا العمر الغض؛ وهو الحب والحنان والدفء، والتقدير واللهو.
6. الـتعاون بـين كـل مـن يتعامل معها؛ فلا تضاد ولا تكرار وازدواجية في القرارات.
7. الدعاء والرقية الشرعية.

وأخيراً... تقبّلوا السلام والدعاء الخالص، لكم ولكل المتسائلين على صفحتنا.. وسلام الله عليكم ورحمته وبركاته.

الفصل الرابع

تنمية الذكاء
حب.. لعب.. احتواء

لعب الطفل مرآة شخصيته

نيفين عبد الله صلاح

"إن أردت أن تعرف طفلاً فتابعه أثناء اللعب" هكذا يقول خبراء التـــربية والمهــتمون بالتعليم من خلال اللعب، فملاحظة الطفل أثناء لعـــبه يمـــدنا بمادة خصبة يمكننا من خلالها التعرف على شخصيته وطريقة نموه ونقاط قوته وضعفه وطريقة تفكيره وتفضيلاته...

ومـــن خـــلال اللعـــب أيـــضاً يستكـــشف الأطفـــال أنفـــسهم وأجسامهم والعالم المحيط بهم، وعلاقاتهم مع الآخرين. فالأشياء التي يتابعها الأطفال كثيرة، واللعب يساعدهم على تنمية مهاراتهم اللغوية والجـــسمية والحركية والوجدانية والاجتماعية. فالصغير الذي يقذف لعبته مراراً يلعب، وفي نفس الوقت يتابع ويلاحظ ما يحدث: ما الصوت الـــذي يتبع القذف؟ هل هو نفس الصوت الناتج عن قذف المكعب على البساط؟ هل ستبتسم الأم؟ هل ستناوله المكعب مرة أخرى؟

فوائد اللعب التخيلي

وإذا تابعـــنا الطفل أثناء اللعب أيضاً، نجده يقول عبارات مثل: "ســـأعد المائدة، ثم نجلس لتناول الطعام". على بساطة هذه اللعبة إلا أنـــنا لـــو دققنا لوجدنا أنها تعلم الطفل أمرين هامين - على الأقل - كاستخدام صيغة "المستقبل"، وتتابع الأفكار، كما تعبر أيضاً عن نمو هاتين القدرتين لديه.

كمـــا أن الألعاب التخيلية تساعد الأطفال على استكشاف مواقف وأدوار لاحظوها كدور الأم والأب والمعلم، وماذا يفعل كل منهم في

المواقف المختلفة. فإذا ما أخذ الوالدان دورا حيويّا في لعب أطفالهم، فإن هـذا اللعـب يمكن أن يساعدهم في بناء تقديرهم لذاتهم، خاصة إذا قام والداه بالثناء على طريقة لعبه أو منحه تشجيعاً لطريقة تفكيره أو تصرّفه خلال اللعب وغيره الكثير مما يمكن للعب أن يبثه في نفس الطفل.

مراحل اللعب

يطـور الطفـل لعـبه أثناء نموه جسمانيّاً ووجدانيّاً وعقليّاً. فقد وصـف عـالم الـنفس السويسري "جان بياجيه" مراحل اللعب سنة 1962 كالآتي:

أولاً: اللعب الحسي حركي Play Sensor motor

فـي هذا النوع من اللعب يختبر الأطفال أحاسيسهم وحركاتهم. ففـي سـن 6 أشهر ينمي الأطفال طرقاً بسيطة – وثابتة – لإحداث أشـياء ممتعة من خلال التجربة والخطأ. فالطفل يدفع الكرة مرة بعد مرة ليراها تتحرك، وبينما يكبر ويملك مهارات حركية أعلى وأكثر، تنمو الحركات البسيطة السابقة لتصبح أكثر تناسقاً وتعقيداً. وعند سن 9 أشـهر نجـده يفهم أن نتيجة دفع الكرة تدحرجها، وعند سن 18 شـهراً يـبدأ بـرؤية العالم في شكل رمزي، ويبدأ في فهم وظائف الأشـياء، فهو يُطعم الدب الصغير بالملعقة، أو يقدم له شراباً "تخيليّاً" في كوب "فارغ"، وهكذا...

الموسم الزاخر للعب

ثانياً: اللعب الرمزي:

يطلـق الباحث النفسي "دوروثى سنجر" في "جامعة يال" الأمريكية

علـــى هـــذه المرحلة "مرحلة الموسم الزاخر للعب"؛ إذ إن هذا اللعب – الرمزي – يبدأ في استبدال شيء بآخر.

فـــنجد مثلاً الطفل في سن 3 – 4 سنوات يستخدم الوسادة كتلّ يمكـــنه أن يصعده، وبكرة المناديل كمكبّر صوت ينادي به الأعضاء الأبعد في اللعبة ولو تخيليّاً.

وفـــي سن 4 – 5 تبدأ أفكار الطفل وخبراته مع الأسرة والحياة الاجتماعـــية تمده بمواد جيدة وموضوعات وأفكار للعب، مثل: لعبة البيت؛ قيادة السيارة؛ الزيارات الأسرية؛ طهي الطعام. وأغلب اللعب الرمزي يكون مع الأتراب في البيت أو المدرسة، أو حتى مع الكبار.

وفـــي هذه السن أيضاً يستمتع الأطفال باللعب البنائي مثل بناء المكعـــبات ومـــا شابهها، والتحكم في أجسامهم وحركاتهم، وتحويل اللعب إلى أشياء ومغامرات تخيلية، كأن يتخيل الطفل نفسه في سفينة فضاء، أو طائر، وهكذا...

ويـــصبح الطفل أكثر استمتاعاً باللعب المنظم المحكوم بالقوانين والقـــواعد عـــند سن 5 سنوات، وقد يضم هذا اللعب طرفين أو أكثر مـــثل: الـــشطرنج والـــسلم والثعبان وغيرهما من الألعاب الجسمانية الحركية المحكومة بقواعد (كالعسكر والحرامية).

أنماط اللعب

تؤثـــر الحالة المزاجية والتفضيلات الشخصية على طرق لعب الأطفال، فهناك:

– لعـــب موازٍ: يلعب فيه الطفل بمفرده في وجود طفل آخر يلعب إلـــى جانبه دون أي تفاعل بينهما. وهذا نمط لعب معتاد وشائع في سن

2 – 3 سنوات، وعلى الرغم من اعتقاد الراشد الذي يمر بهما أنهما لا يلعبان معاً، فإن فصلهما عن بعضهما ربما يسبب لهما ضيقاً شديداً.

واللعب المنفرد لبعض الأوقات مهم لكل طفل. فقد لاحظ "سينجر" الباحث النفسي أن التوازن بين اللعب المنفرد واللعب الاجتماعي يُعَدّ جيداً لأغلب الأطفال، فلعب الطفل بمفرده باستمرار إشارة لوجود مشكلة ما. كما أن اللعب الجماعي يكسب الأطفال مهارات وقيما كالمشاركة والتعاون.

– لعب المجموعات: يناسب هذا النوع من اللعب الأطفال في سن 3 – 5 سنوات. حيث ينمو الطفل ويصبح مستعداً للالتحاق بدور رعاية أو رياض الأطفال، حيث يتعلم هناك بعض المهارات: كالتحدث وضبط الإخراج والانتظار في دور والجلوس في دائرة ومشاركة الآخرين في لعب...

ادعم لعب طفلك

– تعرّف على مراحل نمو طفلك لتقدم له الألعاب المناسبة لسنه. فالطفل في سن عام يحب كثيراً لعب الاختفاء كأن تخفي عنه شيئاً وتتركه يبحث عنه، إلا أن مثل هذه اللعبة تُعَدّ مملة جداً لعمر ثلاث سنوات! في حين أنه قد لا يستمتع بالعرائس بينما يستمتع بها وبتغير الأصوات التي تصدر عنها عند سن 4 سنوات.

– تعرّف على اهتماماته وتفضيلاته في اللعب حتى تشبع هذا الاهتمام وحاول استثارة غيره.

– انتبه لتحوّل أطفالك من اللعب الحسي الحركي إلى اللعب الرمزي ومدّه بالألعاب التي تساعده على هذا النمو والتطور.

- نــوّع فــي اختيار الألعاب التي تساعد في كل مناحي النمو (الجسمي الحركي – العقلي اللغوي – الاجتماعي الوجداني).

- راعــي نمــو طفلك في اللعب حتى لا يمل أو يفقد الثقة في قدرته، لا تمدّه بالكثير من الألعاب مرة واحدة، ولا تمدّه بلعب أعلى من مستوى نموه.

- يمكنك حجب عدد من الألعاب عن الطفل لفترة زمنية حتى لا يمل ألعابه.

- ألفــت انتباهه لطرق أخرى بمشاركته اللعب أحياناً، وامنحه فرصة ليقود اللعب بنفسه.

- حلّــل كــل لعبة لمهاراتها الأساسية، ودرّب طفلك على هذه المهارات، مثلاً: لعب البازل تتطلب البحث عن اللون المشابه، النظر للــصورة لتبيــين أجزائها، تجربة وضع الجزء بجانب الجزء الذي يوافقه معتمداً على تطابق الفراغ في أحد القطع مع اللسان في القطعة الأخرى...

درّب طفلــك على كل مهارة منفردة وحاول إفهامه أن كل لعبة أو نشاط يتطلب عدداً من المهارات والخطوات..

لعب آمِن ومشجع

- حدّد له أماكن آمنة للعب تسمح له بالحرية وتمديد لعبه: بناء المكعبات مع وضع العربات، مع بناء الحديقة...

- خزن لعب الطفل في أماكن يسهل وصوله إليها ويسهل عليه جمعهــا بعد الانتهاء من اللعب، ويمكنك استخدام صناديق الأحذية أو الصناديق البلاستيكية لهذا الغرض..

- مـد الطفـل بألعــاب وأدوات مشابهة للتي يستخدمها الكبار حوله: مسامير ومطرقة؛ أدوات الطبيب؛ أدوات مطبخ؛ هاتف...

- العب مع الطفل خاصة في سنوات الطفولة المبكرة.. انتهز كل دقيقة لك مع طفلك لتلعب معه لعبة بسيطة: أثناء اللبس اطلب مـنه ذكـر الألــوان التي بملابسه؛ كم عدد الأزرار؛ أين الناحية اليمنى...

- شــجّع طفلــك واثنِ على الأفكار التي يتضمنها لعبه، فالثناء الإيجابي من أعظم الهبات التي تمنح أطفالنا نموّاً صحيّاً، وحاول أن تنمي مستوى لعبه من البسيط للأكثر تعقيداً.

- أشــعره بتقديرك واهتمامك بلعبه وأهميته، أسمعه كلمات كــتلك: "أحــب كثيراً الطريقة التي تلعب بها"، "هذه الفكرة جيدة، كــيف وصــلت لهــا؟" "جمــيل محاولتك في هذه اللعبة مرة بعد مرة...".

تنمية ما قبل الموهبة!

السلام عليكم.. أنا أم لطفل عنده سنة وثمانية أشهر، وسؤالي عن كيفية تنمية مواهبه في هذه المرحلة، فأنا أقضي معه أوقاتاً طويلة، فلا أجد شيئاً غير أن أقرأ له قصصه الملونة. وهل هو مفيد أن أتركه يلعب كثيراً مع أقرانه عند جدتيه؟ وجزاكم الله خيراً.

مريم – مصر

الرد

المستشار: أ. نيفين عبد الله صلاح

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته..

أختي الكريمة.. جزاك الله كل الخير على رعايتك واهتمامك بوليدك بارك الله لك فيه وجعله سبباً لجنتك. في تربية هؤلاء الصغار ليس لدينا اختيار بين أن نلعب معه، أو نتركه يلعب مع الآخرين، بل علينا هذا وذاك لنمو الطفل الاجتماعي والوجداني.. كل منهما مطلوب وضروري لنمو الطفل نمواً سويّاً.

وهناك من الأنشطة ما لا يمكننا أن نمارسه نحن مع الطفل رغم أهميته، منها كل ما يمارس في مجموعات. وهذا ضروري لنمو الطفل الاجتماعي.. وهناك أنشطة أخرى لا بد أن تمارسيها بمفردك مع طفلك أثناء تواجدكما بمفردكما وتعتبر أنشطة تنموية وتربوية. واعلمي أن كل لحظة مع طفلنا يمكنها أن تساعد على تعلم شيء

جديد؛ أو النمو لمرحلة أعلى.. فاغتنمي كل فرصة، خاصة أن هناك متسعاً من الوقت أمامكما فاملآه بهجة وحبّاً يساعدك في ترسيخ علاقة الحب القوية بينكما.

وعموماً الطفل في هذه السن الصغيرة في حاجة للنمو في كل مناحيه:

- لغوي.
- عقلي.
- اجتماعي ووجداني.
- جسمي.

وطفلك الحبيب ينمو عن طريق حواسه؛ لأنه ما زال في المرحلة الحسية التي ينمو فيها الصغار عن طريق حواسهم، ويعمل عقله عن طريق الحواس؛ ولذا إن أردت تنمية له فاعملي على هذه الحواس: السمع، البصر، الشم، اللمس، التذوق. سأعطيك بعض الأمثلة وأترك لك خيالك وإبداعك لتضعي المزيد:

السمع: العبي معه وقدمي له كل ما من شأنه أن ينمي هذه الحاسة.

- الألعاب مختلفة الأصوات (الطبلة، العربات...).
- الفتي انتباهه للأصوات المختلفة: (الحيوانات، المياه المنسابة، الدق على المواد المختلفة: الخشب، المعادن، الجلود...)، والفتي نظره بين اختلاف الصوت في كل مرة.
- ساعديه على تمييز أصوات الأشخاص المختلفة وربط الصوت بصاحبه.

البصر: هناك العديد من الألعاب والأنشطة التي تساعد الطفل

علـــى نمـــو حاسة البصر لديه بما يتضمنه من تمييز اللون، الحجم، الشكل،... ومن الأنشطة التي تساعد طفلك:

- الألعــاب التـــي تــصدر أنواراً لافتة بقدر محدد غير زائد الاستثارة.

- لفت نظره للألوان المختلفة، الحركة، الإضاءات...

- قدر قليل من الرسوم المتحركة.

اللمس: لفت نظره للملامس المختلفة:

- العجائن.

- الأشياء الخشنة والناعمة، البارد والساخن، الصلب واللين...

- ساعدي طفلك ليتلمس كل ما حوله ويكتشفه عبر حاسة اللمس.

- اغمـــسيه في التعاون معك في أنشطتك التي تستخدمين فيها حاســـة اللمـــس: تنظـــيف الأشـــياء، استخدام المواد اللزجة واللينة، والناعمة والخشنة...

- لمس الخضراوات والفاكهة و... والتعرف على كل منها عن طريق اللمس فقط.

التذوق: ساعدي طفلك ليتمكن من التعرف على مذاق كل شيء: حلو ومالح، ساخن وبارد، ونوعية صلب وناعم وطري...

الـــشم: التمييـــز بين الروائح المختلفة، والاختلافات بين رائحة الأشياء في النوع الواحد: كرائحة الورود، الأزهار، الأطعمة...

- ولتنمـــية كل حاسة على حدة وتقويتها: يمكنك أن تلعبي مع طفلك هذا اللعبة: تناوبي الأدوار أنت وطفلك واستخدمي حاسة واحدة للتعرف على الأشياء سواء عن طريق اللمس، السمع، الشم، التذوق.

واستمتعي بالوقت الرائع الذي تمارسان فيه هذا النشاط..

- اســتخدمي الكــتب والفتــي نظــر طفلك للحواس المختلفة وتسميتها، ووظيفة كل منها.

- كونــي قارئــة نشطة تستخدمين كل حواسك لفن الحكي حتى تنعــشي حواس طفلك وتدفعيه لاستخدامها: غيّري نبرة صوتك ودرجته حسب الموقف، الشخصية، الإحساس المتضمن،... كذلك عبّري بوجهك تعبيــرات مخــتلفة، يمكــنك أيضاً أن تستعيني بأشياء حية من عناصر القصة ليلمسها الطفل لوقت حكيك: أقمشة، دمى،... إن كان في القصة ما يعبّر عن صوت أو ملمس أو رائحة أحضريه لطفلك لتعامل معه وقع الحكي. كوني حية دائماً واستخدمي كل حواس طفلك.

مــن الــنمو الــلازم أيضاً لطفلك: النمو الجسمي: تابعي نموه وساعديه لتنمية عضلاته الدقيقة والكبيرة: الرسم والتلوين، العجائن، فرد أصابع اليد وضمها.

أما ما تحدثت بشأنه عن مسألة اكتشاف مواهبه فهي مرحلة لاحقة للــنمو المــتكامل المتوازن الذي تتيحينه لطفلك، وكذلك الفرص الكثيرة للــتجارب الثرية التي تنمّي طفلنا وفيما بعد حتماً ستجدينه رغم تنميتك المــتكاملة له دون إغفال أي جزئية، إلا أنه لا بد أنك ستجدين ميلاً لديه لــشيء دون آخــر، وقدرة أعلى من قدرة، ولكن بعد أن نكون قد بذلنا جهدنا في التنمية المتكاملة التي لا تغفل جانباً لحساب جانب؛ وذلك لأن الموهبة تنميها الخبرات والتجارب الثرية، فضلاً عما حباه الله من نقاط قوة تتضح بالانخراط في التجارب. وفي انتظار المزيد من تساؤلاتك.

ونحن معك.

دروس في تنمية الذكاء

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته..

أولاً: يــبلغ الولد من العمر ثمانية أشهر وعشرين يوماً، تحرك فـــي بدايـــة الشهر الثالث وكان شديد الانتباه لمن حوله، والآن يحبو ويمشي على الجدار وعلى العربة بسرعة مشي الرجل الكبير، يعرف كـــيف يفـــتح المـــذياع ويغلقه، وكذلك يستطيع رفع صوت المذياع وخفـــضه وأشياء أخرى لا أتذكرها الآن، ويميّز أني أرغب الخروج من البيت عندما ينظر أني أرتدي العمامة والثوب. كذلك يسمع طرق الـــباب فيأتـــي إليه على عربته مسرعاً لينظر من الطارق.. السؤال: كيف أستطيع أن أنمي قدراته حتى يستفيد منها؟

ثانـــياً: في حالة حصوله على أي شيء ضار أو نافع ومحاولة أمـــه أو أنـــا أخـــذه منه فإنه يعبر عن غضبه وانزعاجه بصراخ أو بـــضرب نفـــسه بالأرض أو ما شابه ذلك، فما العلاج؟ ودمتم بخير، والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

عصام عبد الله مريط - الإمارات العربية المتحدة

الرد

المستشار: أ. نيفين عبد الله صلاح

الأخ الكـــريم، وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته، بارك الله لك فـــي طفلك، فباسم الله ما شاء الله عليه. ودعنا ندخل في الموضوع،

فقد ذكرت في بداية رسالتك بعض ما يقوم به ابنك – رعاه الله – وسألتنا بعض ما يمكنك القيام به حتى تنمي قدراته.

إن ما يتوجب عليك القيام به أمران:

الأول: وهو مستمر وأساسي في عملية التربية المتكاملة، وهو معرفة طبيعة المرحلة التي يمر بها طفلك، وأكرر بصورة دائمة ومستمرة لتقف دائماً على تطوره وتعلم أولاً فأولاً نقاط القوة والضعف في ابنك.

وسأعرض عليك بعض حقائق النمو:

1. أن كل مناحي النمو لها حد أقصى وحد أدنى، وإذا ما تحدثنا عن طبيعة مرحلة ما فإننا نتحدث في هذا الحيز، وبالتالي فإن تدخلنا لتنميتها واستثمارها إنما يكون محاولة لنصل بقدرات أبنائنا إلى حدها الأقصى داخل الحيّز الممكن. أعني بذلك ألا نكون مفرطين في توقعنا، وألا ندفع الطفل لتعلّم ما لم يستعد بعد لتعلمه.
2. أن هناك اختلافات فردية بين كل طفل وآخر (داخل المرحلة العمرية الواحدة، مع اشتراكهم في سمات نمو واحدة تفرضها طبيعة المرحلة العمرية وهو ما يعرف بالفروق الفردية)؛ فلا يكون مرجعيتك في حكمك على الطفل مقارنته بطفل آخر، وإنما تكون المرجعية بمعرفة طبيعة المرحلة بمناحي النمو المختلفة ومعرفتك بطبيعة طفلك وقدراته.

وسأذكر لك بعضاً من طبيعة هذه المرحلة، وأترك لك البحث عن المزيد، أذكرها لك في نقاط يأتي تفصيلها في معالجات سابقة سنرفقها لك بنهاية الرد:

التغييرات الكبيرة في القدرات البدنية والذهنية.

بداية ظهور علامات التذكر والتفكير، مما يدفعك لمزيد من التفاعل مع الطفل.

يبدأ الطفل في الوقوف بمفرده والسير مستنداً إلى الحائط.

وكذلك يبدأ في الثرثرة ببعض المقاطع الصوتية، ودورك هنا لفت انتباه طفلك لك، ومحادثته بلغة سليمة مبرزاً حركات الشفاه ومخارج الحروف؛ ليقلّدك طفلك شيئاً فشيئاً.

يصبح لدى الأطفال في هذه السن تحكّم أفضل في الحركة، فيقلّد بعض الحركات، كما يمكنه أن يصل عن عمد لمكان لعبه أو ينقل الأشياء بين يديه الاثنتين. وبالطبع ضرب المنضدة وغيرها بما يقع في يديه من أشياء، فضلاً عن قدرته في مسك الأشياء الصغيرة بين إصبعيه. · ينشغل الطفل في هذه المرحلة بتنمية إدراكه بعالمه المحيط. ويبدأ الوعي لمفهوم اختفاء الأشياء، ويدرك أن اختفاءها عن مجال نظره لا يعني اختفاءها كلية.

ويمكنه أن يقذف الأشياء عن عمد ليتابع ويلاحظ إلى أين تذهب. ويبدأ بالبحث عن لعبته التي اختفت؛ ولهذا فلعبة الاختفاء تنمي قدرات الطفل العقلية وتنمي إدراكه.

يبدأ الطفل – أحياناً – بالخوف من الغرباء في هذه الفترة. كما يتضايق لخروج أمه أو أبيه من حجرته.

يمكنه الاعتماد على نفسه ليتسلى بعض الوقت بمفرده إذا ما أعطي شيئاً ما ليكتشفه، ولكن يبقى التفاعل جزءاً أساسيّاً وحيويّاً من استمتاعه.

الحركة بالنسبة له مثيرة جدّاً؛ ولذا حاول رفعه لأعلى في

الهواء أو أرجحه على الساقين، ولكن تابع رغبته في ذلك وتوقف مع أول إشارة بإثارة زائدة.

وبالتالي يمكنك القيام بالأشياء التالية مع طفلك:

- أعطه لعبة واحدة في كل مرة.

- أعطه الفرصة لاستخدامه ألعابه الجديدة واستكشافها فعلاً.

- دعه يلعب بطريقته، وإن كان ما يفعله هو مجرد وضع اللعبة في فمه، فقط تأكد من نظافتها.

- كل ما حول الطفل يعتبر ألعاباً له فدعه يستكشف منها الآمن.

- طفلك يستكشف يديك ووجهك وشعرك؛ فسمٍّ له هذه الأعضاء ودلّه عليها لربط المسمى بالاسم.

- وفِّــر لطفلك عدداً مناسباً من الكتب في أرجاء البيت، ودعه يستكــشف الكتب ذات الغلاف السميك بنفسه، مع توفير وقت مناسب كــل يــوم لمطالعة الصور الملونة والقراءة له، فالوقت الآن مناسب للتعرف على الكتب والصور.

- الطفل يفهم معنى الكلمات من السياق فكلمة "لا" العابسة تعني بوضــوح أنــه من الأفضل أن يتوقف عما يفعله، وبشاشة الوجه مع كلمة "رائع" تعني استمر، وهكذا...

- ويمكــنك تجــربة بعض هذه الألعاب وتطويرها بنفسك فقط تذكّر: أن تقف عند إشارة ابنك بذلك.

- كمــا أســلفنا يــبدأ الطفــل باقترابه من العام الأول في حل المــشكلات، ويــبدأ فــي تعلّم أن الاختفاء من حيز الرؤية لا يعني الاختفاء التام:

فلعبة الاختفاء والظهور (الاستغماية بالمصرية) لعبة جيدة لطفلك. خبئ رأسك واسأل طفلك "أين بابا" ودعه ينزع الغطاء ليجدك، ثم ضع الغطاء على رأسه، وهكذا...

بدّل الغطاء بآخر كبير زيادة في الاختفاء.

اختبئ خلف الكرسي أو الباب أو غيره، واترك جزءاً من جسمك ظاهراً ليدله عليك.. إذا لم يعرف فاخرج له.

خبئ وجهك خلف الكتاب، ارفع الكتاب واخفضه، ثم لليمين واليسار مع تغيّر تعبيرات وجهك في كل مرة يظهر فيها من خلف الكتاب.

- فرّق مجموعة من الوسائد على الأرض لبناء بعض التلال لطفلك ليصعد عليها أو ليحبو حولها. ضع واحدة أو اثنتين في مواجهة الأريكة، ودع ابنك يقفز عليها وساعده لينزل على بطنه أو يخطو أولى خطواته لينزل على قدميه.

- أجلس طفلك إلى المنضدة، وابدأ في الطرق على المنضدة، ومع التوقف ارفع يديك لأعلى.. لن تستغرق الوقت طويلاً حتى ترى طفلك يقلدك.

نوّع الطرق من حيث شدته وسرعته.

ثم ابدأ في الطرق الملحّن.

- اصنع بعض الكرات من الجوارب القديمة بإدخالهم بعضهم في بعض، والغرض أن تكون كرات سهلة المسك وكذلك في حجم اليد، ولا تنزلق من طفلك الصغير.

شارك ابنك في قذفها في سلة. حرّك السلة بعيداً لمزيد من التحدي.

تبادلا قذف الكرة والإمساك بها.

- ساعده ليصب الماء في الأكواب البلاستيكية ويفرغ من كوب لآخر.

- يمكنك استخدام مصفاة المعكرونة لتعطي ابنك الدرس الأول في الصيد.. نعم حاولا اصطياد الألعاب البلاستيكية من حوض الاستحمام.

- ميّز نبرات صوتك تبعاً لحالتك المزاجية أو تبعاً للموقف الذي تمر به ليميّز التعبيرات المختلفة والأحاسيس المختلفة.

- دعه يميّز أن هناك أحداثاً مختلفة ويمكن لنبرات صوتك وتعبيرات وجهك القيام بذلك.

- عرضه للموسيقى.. فهناك حقيقة علمية مفادها أن الأطفال الذين يتعرضون للموسيقى في وقت مبكر تكون لديهم قدرة رياضية جيدة، وأنشد له دائماً.

- تحدّث إلى طفلك كثيراً كثيراً كثيراً..

- اصطحب طفلك وكأنك "معلق رياضي" اشرح كل ما تقوم به، ما الذي يحدث، وماذا سيحدث، ماذا تصنع، لماذا، كيف...

- اقرأ لطفلك حتى ولو بدا لك أنه لا يفهمك.. لا يهم المهم أن تقرأ له. فطفلك يمتص الموسيقى التي في اللغة، خاصة إذا اخترت الكتب التي تعتمد على السجع والموسيقى اللغوية كالبدايات الواحدة والنهايات الواحدة التشابه/ الجرس، وهكذا...

- ارفق وقت القراءة بخبرة ممتعة سيحب طفلك هذا الوقت الدافئ معك وهذه الخبرة الممتعة ستصبح أساساً هامّاً في تكوين عادة القراءة لديه.

ويمكنك مطالعة عددِ من الاستشارات في هذا الصدد:

- أمة ذكية تساوي ثروة حقيقية
- فن تنمية الذكاء
- الذكاء الوجداني.. نظرية قديمة حديثة
- تنمية القدرات.. التوجيه لا الضغط

أما عن وسيلة تعبيره عن غضبه وصراخه فهو طبيعي في هذه الفترة من العمر، إلا أن عليك اجتناب ما يعرضه للانزعاج، ووفّر له جـواً آمناً مرحاً ممتلئاً بالخبرات والأنشطة التي لا تترك له فرصة للانزعاج.

على أن الأمر لا يخلو مع الصغار من مثل هذه الأمور.. عليك بتدريبه

وتابعنا بتطوراتك دائماً، وأهلاً باللعب ومرحباً.

تنمية الذكاء من لحظة الميلاد

السلام عليكم.. ابنتي عمرها 10 أشهر، ولدت ولادة طبيعية بدون متاعب، وهي طبيعية النمو تعتمد أساساً على الرضاعة الطبيعية، وهي نـــشيطة، وقد تأخرت في التسنين، فهي حتى الآن لم يخرج لها سوى 3 أسنان فقط، وهي تقف مسنودة على الطاولة، وتمشي باستخدام المشاية. لم تمر بأمراض معدية أو صعبة سوى نزلات برد خفيفة لم نستخدم فيها أية مضادات حيوية بناء على نصيحة الطبيب.

السؤال: أشعر أن ابنتي ذات ذكاء حاد، وأشعر بذلك من فهمها لـــبعض الكلمات والإشارات وتقليدها لبعض الحركات القليلة وربطها بين الكلمات والأفعال، مثلاً حين أقول سلمى تمد يدها اليمنى وتضعها في يدي وتحركها، ولكني أريد أن أتأكد من ذلك، وأريد أن أعرف ما هـــي الاختـــبارات النفسية والذهنية المناسبة لهذه السن؟ وهل هناك نوعية معينة من الألعاب التي يمكن أن تساعد في نمو ذكاء الطفل.

سحر محمد أحمد بدوي – مصر

الرد

المستشار: أ. نيفين عبد الله صلاح

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته..

الأخـــت الكـــريمة.. جـــزاك الله خيـــر الجزاء على رعايتك واهتمامك بطفلتك الحبيبة جعلها الله تعالى نصراً وعزة لهذا الدين.

نـــسعد كثيراً بمثل هذه الأسئلة الواعية التي بحق هي طريقنا لأمة ذكية قوية.

هـــناك بعض النقاط الهامة في مسألة الذكاء وتنميته سأعرضها لك بإيجاز على أن تنظر في تفصيلاتها في عدد من الاستشارات التي أوردها لك في نهاية حديثي:

- المـــخ كائن وجداني ينشّطه الأمن ويحجّمه التوتر؛ ولذا دعنا نؤكد مراراً وتكراراً على أهمية البيئة الهادئة التي تكفل للطفل وسطاً ملائمـــاً لتـــشبع ما يقدم له من أوجه تنمية، فالحب البداية الأولى بما يستشعره الطفل عبر ملامساتنا له ومناغاتنا معه والتربيت والملامح المبتسمة والهدهدة والمزاح واللعب وقضاء الوقت بانغماس ومشاركة حقيقـــية. المهـــم أن يفهـــم ويشعر ويسمع طفلنا أننا نحبه. هذه هي الخطوة الأولى والمستمرة في كل مراحل عمر ابنتك.

- علينا النظر لتربية متكاملة تهتم بالتنمية العقلية جنباً إلى جنب مـــع التنمية الوجدانية والحركية، فلا مجال للتجزئة لننضج شخصية متكاملة.

- هـــناك عـــدد مـــن الذكاوات التي توجد عند كل فرد بنسب مـــتفاوتة. ولكـــن أؤكد على ضرورة تنمية كل الأنواع لأقصى حيز ممكـــن للطفـــل. وفي نفس الوقت نولي اهتماماً مضافاً لأنواع الذكاء العالـــية لديـــه على اعتبار أنها مؤشر لنقاط القوة والتمييز لدى هذا الطفل. وما يمكننا عمله دائماً هو توسيع دائرة التجربة والخبرة أمام طفلـــنا مـــن لحظة الميلاد.. وذلك لأنه هناك دائماً إمكانية لنمو كل أنواع الذكاء لدى الإنسان على أن نعرف الطريق لذلك.

- تـــزداد الوصلات بين المخ بزيادة الخبرات التي يتعرض لها

الطفـــل. وكثافة هذه الوصلات هي المسؤولة عن كفاءة أداء المخ بما يعنـــي ضـــرورة تعـــريض أطفالنا لعدد من الخبرات المختلفة عبر حواسه، ولكن أيضاً بدون استثارة زائدة.

– مـــرحلة ابنك العمرية هي مرحلة النمو الحسي الحركي، أي إن أي تنمـــية تكـــون عن طريق حواسه الخمس إضافة للحركة. بما يعنـــي أن عليكم البحث عن عدد من الأنشطة والألعاب التي تستثير حواس طفلكم الحبيب. وسأورد لكم بعض هذه الأنشطة فضلاً عن أن أي حـــركة أو لعـــبة أو نشاط يقوم به الطفل يمكننا اعتباره أداة لنمو (المخ) وبالتالي نمو الذكاء.

أدرك شـــغف الـــوالدية للمرة الأولى بتتبع كل صغيرة وكبيرة يؤتـــيها الطفـــل. وهذا جيد بلا شك. والاهتمام والمتابعة أمر هو نعم الوالدية الواعية. ودعني أقل كلمة واحدة في هذا الأمر: تابع وراقب واســـأل عن كل ما تظنه وما لا تعرفه وما تريد التحقق بشأنه؛ ولكن على ألا تفرط في توقعاتك بما قد يثقل على طفلك نفسه. ولدينا دائماً طرق لنتعرف مستوى أداء طفلنا ومستوى نموه في كل مناحي النمو (وليس العقلي وحده). وأول هذه الطرق:

– معـــرفة طبيعة النمو في كل مرحلة عمرية يمر بها الطفل. وهذا عن طريق القراءة والسؤال.

– الملاحظـــة الجيدة لطفلك وتدوين الملاحظات لتكون حاضرة وقت رغبتك في السؤال أو الاستفسار عن شيء.

– متابعة طبيب أطفال باستمرار خاصة في السنوات الأولى من عمر الطفل.

وسأذكر لك بعض سمات النمو في مرحلة ابنتك العمرية: وهي

في مناحٍ عدة: نمو حركي – نمو جسمي – نمو وجداني – نمو عقلي – نمو لغوي.

وتبعاً لما أورده "بياجيه" كمظاهر نمو عقلي:

– فإن مرحلة (8 – 12 شهراً) هي مرحلة تناسق ردود الفعل، أي إن الاستجابات تصبح متناسقة مع المثيرات. وتصبح الأفعال مقصودة، كوصول الطفل وراء الحاجز ليجد شيئاً مختفياً.

– أما النمو الحركي: فإن الطفل تصبح لديه قدرة على التحكم في القدمين والساقين، ويمكنه أن يقف.

– النمو اللغوي: يمكنه أن يقول كلمة أو كلمتين، يقلد الأصوات ويستجيب لبعض الأوامر البسيطة. ويمكننا أن نساعد النمو اللغوي لدى الطفل بعدد من الوسائل:

- تأكد تماماً من عدم التهاب الأذن. وعالجا الأمر بدقة إذا ما أصيبت به سلمى لا قدر الله.
- تحدّث تحدّث تحدّث: اروِ لطفلتك كل ما يحدث حولها ونوِّع في نغمات صوتك لتكسبها حساسية أعلى للإحساس بالمحيطين وفهمهم. وكذلك لتساعدها على تعرّف الانفعالات المختلفة. اسألها دوماً وإن لم يمكنها إجابتك: هل ترين ما أفعل؟ إننا نُعِدّ حماماً دافئاً لسلمى. مدي يديك.. هل تشعرين أن الماء دافئ.. حاولا وضوح النطق السليم معها. وحاولا ربط الشيء باسمه. أو الحركة باسمها أو الوصف. وهكذا ساعدوها لتتعرف على عدد من المسميات والأفعال والأوصاف والمشاعر.

أؤكد: حاولا تعريفها مسميات المشاعر المختلفة. هذا يساعدها كثيراً في تعبيرها عن نفسها فيما بعد، بل وتعرف إحساس الآخرين

بدقة، وهذا نوع من الذكاء الذي تفرد له في بلاد كثيرة مناهج للتعلم. نحـن كمسلمين أولى بها لكونها ديننا الذي نزل به على أرحم العباد سيدنا محمد عليه الصلاة والسلام.

- اقـرأ اقرأ اقرأ: هذا أحد الأنشطة الهامة جداً مع الطفل. فتساعد فـي عـدد من الأشياء في وقت واحد: التنمية اللغوية – ازدياد المعارف – النمو العقلي – تخصيص وقت للمشاركة مع الطفل – اعتياد القراءة يساعد جداً في التفوق الدراسي...

ولـذا حـاولا ربط طفلتكما الحبيبة بالكتاب. اختارا لها بعض الكـتب المصورة ذات الغلاف السميك من قصص صغيرة ملونة، ثم قـصص طـويلة، وهكذا... وربما يمكنكما اصطحابها لشراء بعض الكـتب أو لاستعاراتها من المكتبة العامة. وهناك عدد من المكتبات العامـة التي تعير كتب الأطفال (وحيث إنكما من مصر فيمكنني أن أنـصحكما بمكتـبة مبارك العامة في الجيزة، إضافة لفروع عدة من مكتبات جمعية الرعاية المتكاملة).

- أسـمعا سـلمى القرآن الكريم بانتظام. وربما استمتعت طفلتكما بالقرآن المرتّل أكثر. (هذه هي تجربتي الشخصية مع أولادي)، ويمكـن أيـضاً شراء شرائط المصحف المعلّم، فصوت أطفال يـرتلون القـرآن يجـذب انتباهها، فضلاً عن تحفيزها فيما بعد للحفظ.
- احـكِ لطفلـتك قصصاً كثيرة. نغّم صوتك، عبّر بوجهك، وربما صاحبت ذلك ببعض العرائس أو الحركات التمثيلية.
- اتـبعا قـيادة سلمى. فإذا أبدت اهتماماً بصورة معينة في كتاب اسـتمرا في الحديث عنها. وحاولا أن تريا مجسماً لما تعبّر عنه

الـــصورة (مركب – حيوان – سيارة...)، واسألا حول ما تراه واربطـــاه لفظـــيّاً. ويمكن أن تسجلا كلمات الطفل أو محاولات نطقه ليسمعها بنفسه.

- اقتـــصدا جـــدّاً قـــدر الإمكـــان مـــن تعرّض سلمى للتليفزيون والكمبيوتر. فقد أوصت الأكاديمية الأمريكية بعدم السماح للطفل قـــبل العامين بمشاهدة التليفزيون. وتحديد المدة الزمنية فيما بعد الـــسنتين بما لا يتعدى ساعتين غير متواصلتين على مدار اليوم. علـــى أن تكون المادة التي يتعرض لها الطفل مما يناسب سنه. ومما يعتبر آمناً وخالياً من العنف أو الخروج عن الآداب.

ومـــن ناحـــية أخـــرى فإن التليفزيون لا يتفاعل مع الطفل ولا يستجيب له. والتفاعل والاستجابة أهم محفزين في عملية التعلم. اذهبا في رحلات لحديقة الحيوان والمتاحف وغيره، ولا تنسَ دور المعلّق الرياضي الذي تقوم به مع سلمى. تذكر دائماً المعلّق الرياضي.

– الـــنمو الوجداني: يخاف الطفل في هذه المرحلة من الغرباء، يلـــوّح بـــيديه مسلّماً على أحد. يفهم كلمة لا. يأخذ الأشياء ويعطيها. ولديـــه حـــب استطلاع وفضول وحب استكشاف. وهذا يضع ضمن مسؤوليات الأهل إفساح المجال وتوفير بيئة آمنة للطفل ليمارس هذه العملـــية التي تعتبر المحفز الأول على التعلم والتنمية بالتالي. ويمكن أن يتم ذلك بدون توتر وملاحقة دائمة للطفل:

- اتـــرك بعـــض الأدراج في متناول يده يمكنه فتحها واستكشاف محـــتوياتها. علـــى أن تكون آمنة بالطبع، ومما لا يخاف الأهل عليه. كما يمكنك إغلاق بقية الأدراج بالمفاتيح.
- اترك في الخزانات السفلية من المطبخ بعض الأدوات التي يمكن

للطفل أن يلعب بها، عدد من الأطباق البلاستيكية، عدد من العلب المتدرجة، دقاقة صغيرة يمكن الطرق بها واستكشاف الأصوات الـناتجة عن الطرق على الأشياء المختلفة. زجاجات يمكنه فتح غطائها ولفه في الاتجاهين، وغير ذلك الكثير.

المهـم أن نعلم أن كل ما يصل ليد الطفل هو بمثابة لعبة رائعة ومجال جيد للاستكشاف والتعلم والتنمية؛ ولذا لا تحرم هذه الفرصة، بل نظمها لها.

هـناك نقطـة أخيرة أردت أن ألفت إليها الانتباه: هناك بعض الأنـشطة التي تنمي شيئاً ما على أن هذا النشاط في أغلب الحالات يمكـن أن ينمي عدة مساحات في وقت واحد. ليس هناك فصل بين جـزئيات الإنسان. فما نورده أحياناً على أنه لتنمية نوع من الذكاء، للحق فهو يسهم في تنمية أنواع أخرى وصفات أخرى.

ولـذا إذا ما علمنا كنه ما نحن بصدد تنميته أمكننا دائماً ابتداع عدد لا نهائي من الأنشطة؛ فضلاً عن الاستفادة المركبة من كل نشاط نؤديه مع أطفالنا. الوالدية فطرة وعلم يعلم وإبداع يجب البحث دائماً في سبل تنميته. نحن دائماً معك لمزيد من الاستفسارات.

كيف تجعل من طفلك مبدعاً؟

لـــدي طفـــل عمـــره ســـنتان لغته والحمد لله جيدة سريع الفهم والاســـتنتاج وسريع الحفظ يحكي القصص من خياله تحتوي قصصه علـــى إثـــارة شديدة ونهاية مقبولة.. أتمنى أن أجعل منه مبدعاً، فهل هناك من خطوات عملية محددة يمكنني اتباعها؟ جزاكم الله خيراً.

... - قطر

الرد

المستشار: أ. نيفين عبد الله صلاح

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، الأخت الكريمة..

شـــكراً لرسالتك الكريمة وإنه ليسعدني كثيراً أن تصلنا رسائل بمـــثل هـــذا الوعي وتتجاوز المشكلات اليومية للأطفال لتتيح لنا أن نتطرق لمساحات أرحب في تنمية الطفل.. شكراً مرة أخرى وعساها تكون بداية طيبة.

وبما أنك تتمنين أن يكون طفلك رعاه الله وحماه من المبدعين؛ فـــلا بـــد أن أذكر لك صفات المبدعين لتحاولي من الآن أن تكسبيها لطفلـــك؛ وليكن أمامك متسع من الوقت أن تبحثي وتسألي عن كيفية الوصول لكل صفة.

ويجـــدر بـــنا الإشارة إلى أن الإبداع ليس منحصراً في مساحة الكـــتابة والفـــنون كمـــا قد يعتقد؛ ولذا اهتمي بالتنمية الشاملة لطفلك

الصغير، وأوجدي البيئة التي تدعم أي تفكير سوي وفعَّال، واهتمي بالمناحي المختلفة للنمو.. وستجدين حينها تلقائيّاً طفلاً مبدعاً ذا تفكير فعّال، أي "قادر على التفكير السليم المنتج".

وكل فرد يمكنه أن يتعلم كيف يفكر إبداعيّاً وكيف يسلك سلوكاً مبدعاً في حياته؛ إلا أنه من المهم أيضاً التسليم بحقيقة هامة مفادها أن الإبداع يتطلب بيئة ومناخاً وظروفاً تساعد على الإبداع؛ ذلك لأن الإبداع يعني الاختلاف وربما الخروج عن المألوف؛ وعدم المسايرة.. وهذه الأمور ليس من السهل دوماً تقبّلها أو تحمّل تبعاتها.

وأول ما يوفر هذه الظروف هو البيت وطبيعة الأشخاص الذين ينعم الطفل في كنفهم؛ لذا حين تتمنين أن يصبح طفلك مبدعاً عليك بتوفير البيئة له؛ إضافة لتعلّمك أنت أيضاً التفكير الإبداعي فهذا مما يسهل الطريق كثيراً.

وجدير بالذكر أننا لا نبدع في فراغ ولا نبدع بغرض الإبداع في حد ذاته؛ لكن الله سبحانه وتعالى حين دعانا لعمارة الأرض ميّزنا بالعقل لنميّز ونبتكر ما من شأنه أن يحسّن ويجود هذه الحياة، ويساعدنا فيما استخلفنا الله فيه وعمارة ما أمرنا الله به.

هذا هو أهم ما ينبغي علينا معرفته عن الإبداع؛ لذا فالإبداع يشمل كل مناحي الحياة، ولا يقتصر فقط على الفنون والآداب كما يشيع أحياناً، بل يتعداه ليكون إبداعاً في المناحي الاجتماعية أو إبداعاً في العلاقات أو إبداعاً في الصناعة أو إبداعاً في طرق التسويق أو إنتاج منتج جديد أو... إلى آخر ما تضج به حياتنا اليومية من أنشطة.

وأعود للبيئة التي لا ينمو ولا يزدهر فيها الإبداع لنصفها بأنها

البيئة التي لا تحتمل إلا رأياً واحداً وحلاً واحداً وزاوية واحدة لكل موضوع.

البيئة التي تدعم الصمت والأسئلة القليلة أو المنعدمة. وترحّب بالطفل الصامت الخانع. قليل الحركة قليل التساؤل المساير.

البيئة التي لا تتقبل الأفكار الجديدة ولا الحلول الجديدة ولا الآراء الجديدة.

البيئة التي تدعم الإجابة الصحيحة التي لا تحتمل الخطأ.

وسأسوق لك مجموعة من المهارات التي يجب دعمها وتنميتها في أولادنا الذين نتمنى من الله تعالى أن ينعموا بتفكير فعّال:

- على رأس أي مهارات لا بد أن تذكر مهارة طرح الأسئلة. تلك المهارة التي اعتمد عليها سقراط اعتماداً مفرداً في تعليم تلاميذه حتى إن هناك ما يسمى في بالطريقة السقراطية للتعلم.

- وقد سئل "رابي" الحائز على جائزة نوبل في العلوم: لماذا اختار أن يكون فيزيائيّاً، فكان رده أن أمه كانت تسأله كل يوم عند عودته من المدرسة عن الأسئلة الجيدة التي سألها في يومه؛ لذا لا بد من إتاحة الفرصة وتعبيد كل الطرق أمام أسئلة الأطفال، وليس فقط للإجابة عليها، ولكن لتنهمر منها المزيد من الأسئلة.

- استخدام الخيال: هناك إجماع على الخيال هو التفكير بالصور. والخيال قوة عظيمة يستخدمها الإنسان، ويستطيع بواسطتها أن يحتفظ بالصور في العقل حتى لو لم ترتبط بشيء موجود في الحاضر أو الماضي. وهذه الصور تؤثر فينا كما لو كانت موجودة بالفعل.

- الطلاقة: أي القدرة على الإتيان بعدد كبير من الحلول أو

الــبدائل لأي شـــيء. وهـــناك طلاقـــة بصرية تتصل بالإبداع الفني والتشكيلي، وطلاقة سمعية وهي التي تستخدم في الإبداع اللغوي مثل التألـــيف؛ كما أن هناك طلاقة في الأفكار العلمية أو الرياضية (مثلاً استخدام القلم في عدد غير مألوف من الأشياء؛ عدد من الكلمات التي تنتهـــي بحرف "م"؛ اسأل الطفل: أي الطرق التي يمكننا الذهاب بها إلى مكان كذا، سمّ كل شيء أحمر تعرفه، سمّ كل شيء مستدير، أي شـــيء يمكـــن عملـــه من الصناديق الفارغة؛ كذلك يمكنك أن تجعله يـــصنّف المكعبات بطرق مختلفة تبعاً للشكل، اللون، الحجم...، بناء المكعـــبات بأشـــكال مختلفة، اسأل طفلك دوماً ما التشابه بين رأسك والكرة مثلاً، يدك والقلم، علبة العصير وصندوق اللعب، ما الاختلاف بين كذا وكذا...).

– المـــرونة: أي القدرة على إيجاد الحلول المختلفة عن الحلول الـــروتينية أو الـــشائعة، كـــذلك القـــدرة على تحويل مسار التفكير. والمـــرونة عكس الجمود الفكري، أي تبنّي أنماط ذهنية محددة وغير قابلة للتغيير.

– الوعـــي بالتفكير: وهو ببساطة القدرة على وصف ما يعرفه الفرد أو يحتاج لمعرفته. كذلك القدرة على وصف الطريقة التي يفهم بهـــا الأشياء والطريقة التي يفكر بها، أي القدرة على تحويل الصور البصرية الموجودة في أذهانهم إلى كلمات وإجراءات. ويمكن ببساطة تدريب الأطفال على ذلك إذا ما طلبنا منهم أن يحددوا خطة لعمل أي شيء أو تنفيذ أي شيء قبل البدء فيه. وأن يقوم بتوضيح ما يفكّر فيه عـــن طـــريق الرســـم أو التجسيم أو غيره من الطرق التي يمكن أن يبتكرها الطفل نفسه.

- العمل التعاوني: ويتضمن ذلك الاستماع إلى الآخرين، إيجاد نقــاط الاتفــاق، قــبول الآخر وعدم التحيّز لأي أفكار مسبقة. كذلك إمكانــية فهم مشاعر الآخرين، وفهم مشاعره هو نفسه والتعبير عن هذه المشاعر.

- روح المخاطرة: والقناعة بالتجربة والخطأ وعدم الخوف من الفــشل. أو الخوف من الاختلاف عن الآخرين. وهذا يكتسبه الطفل الــذي يعتاد التجربة بنفسه ويعتاد تقبّل أسئلته باحترام وتفهم، وتقبّل أفكاره، ولا يجبر على "التقولب" في قوالب جامدة للتفكير.

- كذلك يتدرب الطفل مبكراً على مشاركة الآخرين أفكارهم التي يعبّرون عنها ويشرحونها، وتقديم أفكاره وحلوله في بيئة آمنة وداعمة.

- اســتخدام الحواس الخمس في التعامل مع المعرفة والخبرات الجديدة، خاصة أن طفلك في سن حسي، أي يتعلم عن طريق حواسه الخمس.

- الــثقة بالــنفس وتقدير الذات: وهو ما يكتسبه الطفل خطوة خطوة في حياته.

- المثابرة.

- التفاؤل.

- المرح وروح الدعابة.

والآن.. عمليّاً كيف نصنع مبدعاً؟

- متّعي طفلك بالحب العميق وأشعريه بالأمان.

اجعلوا شعارهم.. التفوق على الذات لا الغير

- ســاعدي طفلــك علــى عمــل كل ما يمكنه بنفسه، دعّمي

الاستقلالية والتجربة بشدة.

- وفِّري له مناخ وبيئة الاستكشاف والتجربة

ساحات الاستكشاف حيث التعلم متعة

- اقرئي لطفلك عدداً لانهائيّاً من القصص، واتركيه ليحكي لك.

أطلقي إبداع طفلك بالحكايات.

- احتفلـــي بإنجازاته: علقي "شخبطته" في مكان بارز في البيت وادعي الجميع ليطالعوا هذه الإبداعات.

بالخطوط والألوان.. طفل ذكي وفنان

- ازرعـــي التفاؤل في نفس طفلك: ساعديه ليرى دوماً نصف الكوب المملوء، أشيري إلى المحاولات الناجحة ولا تلتفتي للزلات.

- شاركيه النكات والضحكات والمرح، وساعديه ليحكي لك نكاته.

وأنتظر منك قراءة متأنية لما أوردت لك من روابط؛ لأن موضوع ســؤالك متــشعب ويــدخل تفاصيل تكوين وتنمية الأطفال. وكأن تنمية الإبداع هي محض فطرة حين نربي أبناءنا تربية سليمة غير قمعية.

أهم ما أركز عليه: الحب ثم الحب ثم الحب.

ثم مساعدة طفلك على الاستقلال والحرية.

الإبداع حرية فإذا أردت طفلك مبدعاً فساعديه ليكون حرّاً.

والكلمة أيسر من تنفيذها، ولكن الله المستعان.

أرجو أن أسمع منك، كما أنتظر أسئلة لمزيد من التفاصيل التي لم تسعها إجابتي.

وفّقك الله وهداك وهدانا للصواب.

الفصل الخامس

من مشاكل
سنوات الطفولة الأولى

السنة الأولى.. كهف الأسرار

السلام عليكم ورحمة الله.. أرسلت لكم سابقاً أستشيركم في بعض شؤون طفلي، ولكن الآن أواجه مشكلة جديدة وتساؤلات لا يكف عقلي عن التفكير بها.. يبلغ طفلي الآن 9 أشهر، ولكنه ما زال كثير البكاء! يبكي إذا أراد النوم! ويبكي عند استيقاظه! يبكي إذا أراد الرضاعة وقبل الغيار - مع العلم بأني أؤدي له كل متطلباته سريعاً ودون تأجيل - يبكي لكل شيء!!

يمل سريعاً من ألعابه فيبكي، أحمله أو أغيّر وضعه من جلوس على الأرض إلى المشاية مثلاً، ثم يعود ليبكي بعد فترة وجيزة.. يبكي حتى أثناء حمله واللعب معه.. يبكي في الليل كلما تقلّب أثناء نومه، فيستيقظ ويؤرق نومي ووالده منذ 9 أشهر.

لم أستطع النوم براحة.. جسدي بحق منهك وعقلي متعب، مع العلم بأني أكون متأكدة من أنه غير جائع، ونظيف، ولا يعاني من أي ألم.. تمر عليه لحظات صفاء يضحك بها ويلعب ويلاعبني أنا ووالده، مثلاً يغطي وجهه بالبطانية ويكشفها ليفاجئنا مصدراً بعض الأصوات، وهكذا...، ولكن السمة العامة له أنه كثير البكاء وغير سعيد!! فما إن يبتسم ويلعب قليلاً حتى يعود للبكاء أو "الزنّ - كتسمية أصح"!!

أحب الأطفال بشكل جنوني، وطفلي ينال مني كل رعاية وحنان، أقضي الساعات الطوال ألاعبه، أنظفه، أجهّز له من الطعام كل ما هو مفيد.. أطعمه.. أتحدث معه.. أعلّمه فهو يعلم الكثير من أشياء البيت والخضراوات والفواكه، ويشير لها بسبابته أو ينظر لها عندما أسأله -

منذ كان في شهره السابع – مثل كمبيوتر، باب، طاولة، ستارة، تفاحة، مـــوزة، فرشاة أسنان، مشط، كتاب، وأسماء ألعابه، شجرة، وردة، بابا، صحن، كاسة، ساعة.. وغيرها الكثير الكثير من الأشياء، ويعرّف نفسه في المرآة ويستجيب لمناداته باسمه، ويعرف بعض الأوامر، مثل: تعالَ، افـــتح الـــباب، افـــتح الخزانة، افتح الستارة أو الضوء، أو أغلق "سكّر" وينفذها، تقريباً يفهم كلمة "لا" عند نهيه عن عمل شيء معين، وأراه بكل ذلك مميزاً عن الأطفال في عمره.

أقرأ له القرآن الكريم منذ أول يوم، وهو يألف القرآن الكريم كثيراً ويبتسم له، أعرض له بعض أفلام الكارتون الإسلامية على الكمبيوتر.. أخرج به أحياناً "لأمرجحه" في حديقة الحي وأجلسه بين الأطفال – ولكن هذا حديثاً مع تحسن الجو – ألاحظ أنه يحب مشاهدة الأطفال، لكن يفقد اهتمامه بهم بعد فترة قصيرة، هل لوجودنا في الغربة بعيدين عن الأهل دور في ذلك فهو لا يرى الكثير من الناس والأطفال؟

مـــع أنـــي أحاول الخروج به وزيارة بعض الصديقات، ولكن الحـــياة فـــي الغـــرب لا تـــسمح بذلك كثيراً لضيق الوقت، وانشغال الجمـــيع، والده طالب دكتوراة وهو مشغول، يحبه كثيراً، ولكن أرى بأنه لا يقضي معه وقتاً طويلاً في اللعب، أشجعه لقضاء وقت أطول معه، فهل ترون أن هذا أيضاً سبب من أسباب ضيق طفلي؟

أقف حزينة أمام بكائه المستمر، وألوم نفسي بأني أم فاشلة، ولا بد أنـــي مقـــصرة بحقـــه!! إذن لماذا هو طفل حزين، وليس سعيداً كباقي الأطفال في عمره الذين يقضون وقتاً طويلاً باللعب والضحك ولا يبكون إلا فـــيما نـــدر. في آخر فترة بدأت شهيته تتراجع بشكل ملحوظ – فقد كانـــت شهيته جيدة جداً للأكل والرضاعة الطبيعية – وهو الآن لا يزيد

بالــوزن بعد أن كانت زيادته ممتازة يعني عمره الآن 9 أشهر، ووزنه 8.200، وطــوله تقريباً 71 سم.. آخر فترة لم يزد بالوزن أبداً، البعض يقول بأن التسنين السبب، من حيث الشهية والمزاج!!

فــبعد أن ظهر سناه السفليان تحسن مزاجه، وأصبح قليل البكاء وأكلــه كــان ممــتازاً، ولكن عاد من جديد عندما ظهر الورم مكان الأســنان العلــوية، فهل التسنين له علاقة بالأمر!! مع العلم بأنه لا يحبني، ولكن يمشي بالعربة "المشاية".

رجائــي الحار أن ترشدوني كيف أخرج بطفلي من هذا الوضع فأنــا أريده أسعد من على الأرض، بكاؤه المستمر وحزنه يسبب لي كآبــة وحــزناً لا يمكــن وصفه. أحب التأكيد على أن صحته العامة ممــتازة، وأنــا أراجع معه الطبيب بشكل دوري، ولا يعاني من أي مشكلة، ولله الحمد.

Q. – أروبا

الرد

المستشار: د. منى أحمد البصيلي

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته، يا سيدتي الفاضلة بارك الله لك في عمر، وأنبته نباتاً حسناً.

نــشكرك على إرسال لك هذه التفاصيل، وأحييك على اهتمامك الشديد بكل صغيرة وكبيرة في حياة طفلك.

فــي الواقــع إن السنة الأولى في عمر الطفل هي من الأسرار الكبــرى لخلــق الله سبحانه وتعالى، فنحن نرى الطفل أمامنا يكبر،

ويــتعلم، ويقلــد، ويبكـــي، ويغضب، ويفرح، ويلعب، ويتألم، وينام، ويــصحو، ولكن لا أحد يعرف بماذا يفكر؟ وبماذا يشعر؟ ماذا يعني العـــالم بالنسبة له؟ كيف يفسِّر كل ما يجري حوله.. إنه سر الأسرار التي لا يعلمه أحد إلا الله تعالى.

ولكـــن بالتأكيد فالطفل في هذه المرحلة يحاول أن يفهم ويتكيف مع العالم والبشر من حوله، ويجرّب كل شيء حتى يتعلم.

إن كـــل مـــا ذكرته من تفاصيل عن حياة عمر تقول: إنه طفل طبيعـــي جدّاً، بل ومتميز أيضاً عن أقرانه في مثل سنه، وذلك راجع لاهـــتمامك الـــشديد به، وحرصك على تعليمه، وقضاء أطول وقت ممكن في اللعب معه.

وكل هذا ممتاز جدّاً، وسيكون له أعظم الأثر في علاقتك به في المستقبل، وكذلك في نمو معارفه ومداركه سريعاً.

استمري في كل ذلك، واقرئي في كتب مراحل نمو الطفل حتى تفهمي أكثر كيف تتعاملين معه وكيف تتطور طريقه تفكيره.

أمـــا بكاؤه المستمر فبالرغم من أنه يسبب إزعاجاً شديداً، ولكن لا تدعيه يقلقك إلى هذه الدرجة، فربما يكون سببه عضوياً كأن يكون بسبب ألم في أسنانه كما تقولين، فما لاحظته في كلامك يؤكد أن عمر يحـــيا حياة طبيعية، ويمارس أنشطة يومية بطريقة طبيعة، وأعتقد أن هـــذا الـــبكاء عـــارض جدّاً وسيزول سريعاً، وليس سبب تقصيرك، فالأطفـــال في هذه السن يكونون حساسين جدّاً لأي شيء، مثل بعض الألم في الأسنان أو المغص، أو الإمساك أيضاً يبدأ الأطفال في هذه الـــسن البكاء من شعورهم بالإرهاق والرغبة في النوم، أحياناً يكون الطفـــل مرهقاً، ويريد أن ينام، ولكنه يقاوم النوم ليلعب مثلاً، ويصل

إلى مرحلة من الإرهاق تجعله يبكي، والبكاء أثناء النوم طبيعي جدّاً، وغالـبـاً يكون بسبب حاجته لبعض الرضاعة لا عن جوع وإنما عن رغبة في أن يشعر أنك بجانبه.

فــلا تجعلـــي هذا البكاء يسبب لك حزناً كما تقولين، ولكن لو لاحظــت أن الأمـــر تحول إلى مجرد "زن" فقط بدون سبب فحاولي قلـيلاً تجاهله وتركه يبكي حتى يكف عن ذلك، ولكن عموماً ثقي أن هــذا الأمر لن يطول، وسيتغير الوضع، ويكف عن البكاء كلما كبر وصارت هناك أشياء تشغله.. استمري في أسلوبك معه، وأكثري من الوقت الذي تلاعبينه فيه، وحاولي قدر الإمكان إشراك والده معك في كـــل مراحل تربيته على قدر ما يسمح به وقته، حتى تتوطد العلاقة بينكما، وبارك لكم فيه.

طفلي الأول.. "جنني"

الــــسلام عليكم ورحمة الله وبركاته، عندي استفسار وأتمنى أن أحصل على رد له.

طفلــــي عمـــره ســـنة وستة أشهر تقريباً (وهو الطفل الأول)، مشكلته أنه يريد دائماً أن يكون معي خاصة إذا رآني، أما إذا تهربت منه فأحياناً ينسى البحث عني وأحياناً لا، كما أنه مدلل بعض الشيء مـــن أهلـــه. يحب أن يعض الناس ويركض خلفهم ليعضهم (يعتبرها لعبة) وعندما أوبخه أو أصرخ فيه يعتقد أنها لعبة فيعاود الكَرة، كما يحب أن يرمي الأشياء والأكل أحياناً.. ماذا أفعل؟

ومـــا يـــزيد الطين بلة أنه لم يبدأ الكلام بعد، عنده فقط صراخ وأصـــوات غير مفهومة، ولا يعرف إلا بابا (أحيانا)، واسمي يلفظه بطريقه غريبة، ولا أعلم كيف أتعامل معه وأربيه، ويوم الله يرزقني بغيره إن شاء الله ماذا أفعل؟ الله يستر.

الأم الحائرة – الإمارات العربية المتحدة

الرد

المستشار: أ. دعاء ممدوح

مـــرحبا بك عزيزتي الأم الحائرة، وهكذا دوما الأم لأول مرة.. ولكـــن يـــا عزيزتي يبدو أنه ليس فقط طفلك الأول بل هو تجربتك الأولـــى مـــع الأطفال.. حسبما فهمت.. فكل ما وصفته من مشكلات

لطفلـــك هي محض سمات أطفال تلك المرحلة العمرية، وهو ما أكد لـــي أنه بداية تعرفك على الأطفال وليس فقط تعرفك على الأمومة.. بارك الله لك فيه، وجعلها معرفة خير كما يقولون في مصر.

وتعالي نفند ما ذكرته من مشكلات:

أولاً: ارتـــباط الطفـــل بك.. أمر طبيعي جدا لأنك أمه وعالمه ومـــصدر أمـــنه الغذائـــي وإشعاره بالراحة والاستئناس.. لكن الأمر يحـــتاج لأن ينفتح الطفل على عالم أرحب لمصلحته وليس لشيء إلا مـــصلحته.. فيعـــرف مصادر عديدة للمتعة والسعادة والاستئناس.. فتـــزورين بـــه صـــديقاتك ليلعب مع أطفال، ويرى وجوهاً عديدة، وتخرجين به للنزهة والتسوق والمشي، ولا مانع من إلحاقه بحضانة بعـــد فتـــرة.. ولكـــن بحثه عنك أمر طبيعي.. وما أجمل أن تسعديه باللقـــاء حين يجدك بعد بحثه فتفتحين ذراعيك وتحتضنينه بكل حب وسـعادة وتـــرحاب وبسمة، قائلة: "أهلا أوحشتني.. أين كنت".. بل الأجمـــل أن تلعبـــي معـــه لعبة الاختباء فتختبئين منه ويبحث عنك ويجـــدك، واختبئـــي مـــنه في أماكن ظاهرة، ومثلي أنك تفاجأت أنه وجـــدك، وأشـــعريه بإعجابك بمهارته، ثم تدرّجي في الاختباء ليبذل جهداً في البحث، وتضحكان معا، ويتعلم أنك تعودين، وأنك لا تختفين للأبد، وأن الأمر لعبة ممتعة.

كمـــا أن تهـــرّبك مـــنه وانـــسحابك قد يسبب له قلق الانفصال والـــشعور بالخـــوف دائماً من فقدك وابتعادك.. وهذا أمر لا أعتقدك تفـــرحين له.. بل يجب عندما يكون هناك داع لتركه أن تتركيه بكل أمـــان مـــع بديل لك (جدته مثلاً)، وأن تعودي له بهدية جميلة، وألا يطول وقت غيابك..

أمـــا إن كان لا داعي لتركه والانسحاب من أمامه إلا أن يعتاد وجوهاً أخرى.. فالأمر يحتاج لإيجاد هذا العالم كما قلنا سابقاً والذي يفـــرح به وينطلق إليه خارجاً بكل أمان من بين أحضانك وهو على أرض صلبة من الأمان والثقة وأنت تصفقين له من بعيد.. ولا تنسي وأنـــت تتعاملـــين معه أنه طفل لا يعرف إلا الاستمتاع والبهجة ولا يعرف المسؤوليات.. فحاولي أن تستمتعي معه وتمتّعيه، واجعلي ذلك قربة تتقربين بها لله تعالى.

ثانـــيا: مسألة التدليل مسألة تقلق إن كان التدليل مفسداً، والتدليل المفـــسد هـــو مـــا يشعر الطفل أنه لا حدود لرغباته ولا طلباته ولا ممـــنوعات ولا محظـــورات. أمـــا الرفق والمعاملة الحسنة وتوفير الاحتـــياجات والحنو واللين فلا يعني تدليلاً مفسداً ما دام الطفل يتعلم تدريجياً من خلال التعامل معه وتربيته وتوجيهه أن هناك حدوداً لكل شيء..

ثالـــثا: توبيخ طفلك والصراخ عليه غير مفيد في هذا العمر ولا فـــيما بعـــد.. فهو لا ينشئ إلا طفلاً عصبياً متوتراً وهياباً في نهاية المطاف، ولكن طفلك بحاجة لتعليمه مع إسعاده وإمتاعه مع توجيهه، ولـــنأخذ من مسالة العض نموذجا.. فحين تصرخين لن يفهم شيئاً إلا أن الأمـــر لعبة أو قد يخاف ويرتجف من الصراخ أحياناً.. ولن يفهم التوبـــيخ.. فمـــاذا نقول له؟ وكيف نفهمه؟؟ حين يعض أحداً – وهذا طبيعـــي لأنـــه ذكر والذكور لديهم عنف فطري في التعامل يحسبونه مـــرحاً ولطفاً – أمسكي كتفيه، وانزلي له على الأرض في مستوى طـــوله قاطـــبة جبينك ليفهم أنك غاضبة، ثم مثّلي أنك تعضين يديك ليفهم ما تقولين بالإشارة وقولي: "عض... لا".. أو "عض.. كخ"، أو

أي مصطلح مما يفهم منه أنه شيء خطأ ولكن في جملة قصيرة ومختصرة.. ثم اشغليه بشيء آخر كأن تقولي له: "هيا بنا نلعب!".. "لعب.. حلو".. فيجد البديل في التسلية ويذهب معك مثلاً للألعاب التركيبية أو الخشبية أو للمكعبات أو الصلصال والألوان أو حتى تناول فاكهة.. وبالطبع فالأمر مفتوح لابتكاراتك لكني أقصد أن يفهم أن تلك الوسيلة للمرح غير مقبولة، وأن هناك بديلاً يسعد وغير مؤذ.. بأي طريقة يفهمها.

رابعاً: أما رمي الأشياء فهذا حقه.. فهو يرمي الشيء ليكتشفه ويعرف الصوت الذي يصدره عند الرمي أو ليتخلص منه، والحل هو رفع كل الأشياء الهامة أو الثمينة في أدراج محكمة أو رفوف عالية لحمايتها من أن تصل لمتناول يديه، وتوفير بدائل من الألعاب البلاستيكية والأشياء البسيطة التي يمكن له أن يقذفها ويلعب بها دون مشكلة أو مضار.. ويمكن توفير بديل لكل شيء يحب رميه؛ فتليفون بلاستيكي بدلاً من التليفون العادي.. لعبة هاتف محمول بدلاً من محمول الأب الثمين الذي يجب أن يقبع في أعلى الرفوف حماية له.. وهكذا.

خامسا: مسألة النطق مسألة سابقة لأوانها قليلاً، وسأفسر لك ولكن دعيني أؤكد لك أن النطق في هذه السن هو محاكاة لما حوله من أصوات؛ فلو عاش مع قطط فسيموء، ولو عاش مع ذئاب فسيعوي، ولو عاش مع أم تصرخ فلن ينطق إلا صرخات.. ألست معي في ذلك؟ وبالتالي فهو ليس في امتحان يحتاج الاعتماد فيه على نفسه ومذاكرته لكي ينجح فيه، ويستعرض قدرات لم يتدرب عليها، بل هو بحاجة لأن تدربيه على النطق؛ فتنطقي له أسماء

الأشياء بهدوء وبطء، وتسمي كل شيء باسمه وأنت تناولينه له أو تأخذينه منه: "خذ الطبق"، "ضع يا حبيبي الحذاء"، "هات الكتاب"، "خــذ الحلــوى"، "اشرب العصير"... إلخ. وتجلسين معه تشاهدان الكــتب المصورة وبها صور تشيرين عليها وتنطقين باسمها "قطة – كلب – خروف.. إلخ"، قطة تقول: نياو "بطة تقول كاك.. إلخ".. وتقفان في الحديقة فتشيرين إلى الشجرة والحمامة.. وتنطقين باسم كــل شــيء وتحدثينه طول الوقت.. فليس له إخوة يمارس معهم الكلام ويتعلمه.. وتفعلين ذلك بكثافة، وحينها يمكنك انتظار التقدم في مسألة النطق.

ويبدأ القلق إذا ما تجاوز السنة الثانية وحصيلته اللغوية لا تكمل 10 مقاطــع دالــة على كلمات مثل "بو= اشرب"، و"اوبة = احمليني "... إلخ. وحينها يمكن عرضه على طبيب تخاطب وهو ما أستبعده.. فالطفل – كما يبدو – في حاجة لأن يسمع لكي يتكلم.. ويحتاج لأذن مــصغية وصــدر رحــب يــستمع له بهدوء ليفهم غمغماته وطلباته ويترجمها ويلبيها له.. هذا ما في الأمر.. والله أعلم..

عزيزتــي، إن الحلــم بالــتحلم والعلم بالتعلم.. وأنت في حاجة لكلــيهما: الــتعلم والــتحلم؛ لتتعاملــي مع طفلك الذي تظنين أنك لا تــستطيعين التعامل معه بل وتخشين أن ترزقي بسواه.. أنت بحاجة لتتعلمــي عــن خواص عمره ومتطلبات المرحلة السنية التي يعيشها وكيفية التعامل معها وكيفية التوجيه المناسب لكل عمر، وبحاجة للحلم والهدوء والصبر..

والأهــم أن تعرفي جيداً أنك تخطّين على صفحة بيضاء ليس بهــا أي شــيء، وبالتالي فلا تنتظري نتائج بلا جهد، لا تنتظري

تطوراً بلا تدريب أو تهيئة أو تعليم.. ولا تنتظري أدباً بلا تربية.. ولا تتعجلـــي النتائج كذلك.. ونحن معك دائماً، ويمكنك الحصول على الكثير مما يلزمك من المعلومات عن طفلك في هذا العمر من خـــلال مـــا قدمناه على الصفحة؛ وهو ما سأحاول توفيره لك في نهاية الإجابة.

وأخيـــراً أستودعك إلى أجل ليس ببعيد؛ فأنا بانتظار المزيد من متابعاتك واستشاراتك واستفساراتك، وشكراً جزيلاً لك.

أولى أمومة.. لعب وجد وتعب

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته.. مشكلتي أن ابني – سنة ونصف تقريباً – عنيد جداً، خاصة معي، وإذا ما قلت له لا تفعل شيئاً معيّناً غالباً يضحك ظنّاً أني ألاعبه، ويفعله بعدها عدة مرات، وأنا أحياناً أهدده بالضرب أو بصوتي العالي لينتهي، فهذا هو الحل الوحيد الذي أجده كي يطيعني، وأنا قد قرأت العديد من المشاكل في صفحتكم ووجدتكم غالباً تنهون عن هذه الأشياء.

وأنا أريد أن أعرف هل الزجر والتهديد قد يؤثر سلبيّاً على طفلي في هذه المرحلة؟ وما الحل حتى لا يصبح مدلّلاً وغير مطيع؟ وهل التهديد والضرب الخفيف خطأ في أي سن من العمر، خاصة أن الضرب على الصلاة مثلاً في سن العاشرة أمر واجب إذا لم يستجب الابن، فما السن المناسبة إذن الذي يسمح للوالدين باستعمال التهديد أو الضرب الخفيف إذا لم تنفع الوسائل الأخرى حتى لا يصبح الطفل مدللاً؟

وما الحل غير التهديد والغضب في هذه الفترة من العمر – سنة ونصف – إذا كنت لا أستطيع دفعه لعمل ما أريد إلا بذلك؟ فمثلاً كيف أقنعه بالجلوس على المكان المخصص لقضاء الحاجة إذا كان أحياناً كثيرة لا يحب القعود، ويقوم ويصرخ إذا وضعته ثانياً، ويظل هكذا، ولا يجدي معه الضحك أو محاولة الإقناع فهو غالباً لا يفهمها.

وهو مثلاً يستمر في جذب أسلاك جميع الأجهزة المنزلية التي هي متاحة له كالتليفزيون مثلاً، وطبعاً من الممكن أن يؤدي

لتدميــرها، وهــو ما يسبب مشاكل مع زوجي إن تركته يفعل ذلك، وكلما أبعدت عنه السلك أعاده وجذب المقعد وصعد عليه حتى يصل لهدفــه، ولا أســتطيع مثلاً نقل الأثاث حتى لا يعبث به، وهو أيضاً يعــبث ويلقــي بالمفارش، والمساند، والوسادات، وكلما رآني أعيدها ألقاهــا ثانــية حتى إني أحياناً أضطر لتركها هكذا حتى ينام، وكذلك يتعمد الوقوف على المناضد، وأخشى عليه من الوقوع، وكلما أنزلته يعــود، ولا أستطيع أن أظل أفعل ذلك طوال اليوم، خاصة أنه يراها لعــبة ولا يملها يوميّاً، فلا أجد في النهاية أمامي بعد محاولات بعده عن هذا أو شغله بشيء آخر إلا تهديده ورفع صوتي فينتهي، معذرة للإطالة، وجزاكم الله خيراً، والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

نجلة السيد – مصر

الرد

المستشار: د. إيمان السيد

الأخت الفاضلة.. وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته.

مــرحباً بــك وبمحمدٍ النابغة ولدك الغالي ضيفين كريمين على صــفحتنا، وقد قلت إن محمداً نابغة تصديقاً لقول النبي ﷺ: "عراقة الــصبي فــي صــغره زيادة في عقله في كبره"، فبارك الله لك فيه، وأعانك على الجهد الجهيد الذي أنت بصدد بذله لصناعة شعب طيب الأعراق، فكما قال شوقي:

الأم مدرسة إذا أعددتها... أعددت شعباً طيب الأعراق

أختــي الفاضــلة.. عادة ما يكون السبب في عدم إطاعة أبنائنا

للأوامـــر هو عدم التزامنا بقوانين إعطائهم الأوامر.. لا تتعجبي فإن لإعطاء الأوامر آداباً وقوانين تضمن لنا الطاعة، وأول الأخطاء التي نقع فيها كأمهات.. هو أن تكون العلاقة بيننا وبين أطفالنا طيلة اليوم في صورة أوامر، بل والأشد كون هذه الأوامر بطريقة ثابتة لا تتغير بنفس نبرة الصوت والانفعال ونظرة العينين، وهو ما يحدث للطفل ما يـــسمَّىHABITUATION، أي الاعتياد لهذا النوع من المعاملة، وهو ما يولِّد لديه لا مبالاة بما يوجّه له، ومما يبدو في رسالتك أن هذه هي حالـــة "محمـــد" فأنـــت تعـــيدين عليه الأمر مرات عديدة، حتى تتم الاســـتجابة، إذن فمـــا يجـــب عليك هو تعديل طريقة إلقاء الأوامر، والالتزام بقوانين إعطاء الأوامر.

قوانين إعطاء الأوامر هي:

أولاً: يجـــب أن يكـــون الأمـــر لمن في مثل سن ابنك – سنة ونصف – في جمل قصيرة لا تزيد عن ثلاث كلمات، وبنبرة صوت واضحة تعلو قليلاً على المعدل الطبيعي المعتاد في معاملات اليوم.. وأقول لا تزيد عن ثلاث كلمات؛ لأن الطفل في هذه السن لا يستطيع أن يكوِّن جملة أكثر من ثلاث كلمات حتى برغم وجود حصيلة لغوية وفيرة لديه من كلمات منفصلة.

ثانياً: يجب إعادة الأمر مرات عدة للتأكد من فهمه لهذا الأمر، ولمزيد من التأكد يمكن سؤاله.

ثالثاً: يجب احترام رغبة الطفل، بمعنى أنه حينما تأمرينه بشيء يـــصرفه عـــن لعـــبة يحبها مثلاً، كأن تقولي: "هيا البس بسرعة كي نخـــرج، واتـــرك لعبـــتك" فأنـــت بذلك تشعرينه بعدم احترامك لما يحـــبه، واهتمامك بأن يفعل ما تريدينه أنت فقط. ولكن الصواب لأن

توجهـــي له أمراً كهذا فيه إخراج له مما يريد إلى ما تريدين هو فعل الآتي:

1. القــرب مــن الطفل والجلوس في مستواه ليشعر بتساويكما في القوة والمنزلة.
2. يجب أن تكون نبرة الصوت معبرة عن اضطراركما معاً لفعل هــذا الأمــر وليس اضطراره وحده، فمثلاً "هيا يا حبيبي وإلا ستغضب منا جدتك".
3. يجــب إشــعاره باحترامك لحبه للعبته التي تشغله أو ما يفعله: "أعلــم أنك مسرور بهذه اللعبة، ولكن أنا مضطرة أن أقول لك إنــنا يجب أن نتركها الآن لنعود ونلعب بها معاً، وسوف ألعب معك حين نعود".
4. إذا لم يستجب من الممكن إعادة الأمر بنبرة صوت أعلى وأبطأ قليلاً.
5. الــصبر قليلاً حتى يعتاد الطفل هذا النظام في التعامل، ويتعلم الطاعة التي تسبب له المكافآت والسعادة.
6. يجب التزام الصدق والوفاء بالوعد، فإذا وعدته بالعودة واللعب معه إذا ترك اللعبة وذهب معك إلى الوعاء المخصص للإخراج مــثلاً.. فــيجب عليك الوفاء بهذا الوعد؛ لأن خلف الوعد مرة واحدة سيفقده النظام الذي يجب أن يعتاده.
7. يجب أن يكافأ فعلاً عندما يطيع؛ ليعلم الفرق بين الطاعة وعدم الطاعة.

أما عن سؤالك الخاص بالضرب فأود أولاً أن أقول لك تعريف الــضرب المــسموح به ألا وهو تنشيط للحواس.. ولفت النظر فمثلاً

حينما تنادين على أحد ولا يرد فأنت تلجئين إلى هزّه مثلاً لينتبه إلى ندائك، وكذلك الضرب فهو ليس أكثر من لفت نظر الطفل للأمر عن طـــريق تنبـــيه وتنشيط حواسه باللمس.. هذا هو الضرب الذي يمكن اســـتخدامه فـــي تربية الأطفال بعد سن عشر سنوات وليس الضرب المبرح المؤلم.

وهـــناك ملحوظة أودّ أن أهمس بها في أذنيك بخصوص عدم استجابة الطفل لأوامرك من أول مرة، وهي ضرورة عرضه على طبـــيب متخـــصص للأنف والأذن لاحتمال وجود مشاكل بإحدى الأذنين تسمى single ear، أي تعطل في إحدى الأذنين، وهذا الأمر من الممكن عدم اكتشافه لسنين حتى يتنبه له صاحب المشكلة وهو رجل كبير.

أمـــا بالنسبة لتدريب الطفل على قضاء الحاجة فإن له طرقاً محبـــبة أفضنا في عرضها في استشارات عديدة سنوردها لك في نهايـــة الاستـــشارة، فمن الضروري كون هذا التدريب محبباً لدى الطفـــل بحـــيث تكون تلك اللحظات من أسعد لحظات يومه لكثرة لعـــبك معـــه فـــيها، ووجوده بين ألعابه التي يحبها، وغيرها من اللمسات التي يمكن لك أن تضفيها على هذا الموقف ليكون محبباً للطفل.

كما يجب عدم الانزعاج حتى سن سنتين ونصف؛ لأن الشبكة العـــصبية للطفـــل مـــا زالـــت غير ناضجة، ولا يمكن إنضاجها بالأوامر.

كمـــا يجب عدم مقارنة الطفل بأقرانه؛ لأن لكل طفل موعده في النمو، والمطلوب منك تدريبه على التحكم فقط.

أختـــي الفاضـــلة.. أرجو أن أكون قد أوضحت لك ما أردتِ استيــضاحه فـــي رسالتك التي كانت عبارة عن شكوى من محمد الذي نأمل أن ترسلي لنا قريباً بأخبار طيبة سعيدة عنه.. بارك الله لـــك فـــيه، وأقر به عينيك. ولمزيد من التفاصيل المفيدة حول هذا الموضـــوع يمكـــنك مطالعة الموضوعات التالية بشبكة إسلام أون لاين:

- التوائم معاناة مضاعفة
- التحكم.. تعلّم
- وداعاً.. للحفاظات
- خطوات لضبط عملية الإخراج

الطفل الأول

حقل التجارب

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، أنا أم لطفل يبلغ من العمر تسعة أشهر، أعلم أن تربية الطفل وتعويده تكون منذ ولادته، مشكلتي تكمن بأن والده يصرخ في وجهه ولا يلبي له ما يطلب، مثلاً يستيقظ طفلي ليلاً لكي يغادر السرير ويعاود النوم على يدي فيمنعني من حمله ويتركه يبكي لساعات طويلة بشكل شديد حتى ينام دون أن نحمله، مع العلم أنه لا يريد أن يأكل أو يشرب أو أي شيء آخر سوى أن نحمله.

سؤالي هو: هل معاقبة الولد بهذه الطريقة هي الطريقة المثلى لتربية الطفل أم أن هذه الطريقة يمكن أن تولّد عند هذا الطفل على المدى البعيد نوعاً من العناد والنقمة؟ وهل هناك كتب أو مقالات على الإنترنت أو على "إسلام أون لاين.نت" أستطيع أن أستفيد منها في هذا المجال؛ فكل الكتب التي أعرفها تتكلم بشكل عام عن أعمار أطفال كبيرة، وأريد أي مقالة أو كتاب يتكلم عن معاملة الأطفال في هذا العمر، خاصة إذا كان الطفل ذا مزاج عصبي ويبكي كثيراً، وجزاكم الله خيراً، أرجو الرد بأقصى سرعة.

... – سوريا

الرد

المستشار: د. عمرو أبو خليل

مسكين الطفل الأول يجرّب فيه أبواه كل أفكارهما التي سمعوها أو توارثوها أو اخترعوها، وبعد ذلك يسألون: هل ما نفعله صحيح؟ وهـم في كثير من تصرفاتهم مع طفلهم لا يسألون أنفسهم لماذا نفعل ذلـك؟!. وأنا أسأل هذا السؤال الآن ما غرض الأب من ترك الطفل يبكـي سـاعات طويلة لمجرد أنه يرغب أن تحمله أمه لدقائق، حتى يشعر بحنانها ودفئها حتى يعاود النوم؟ أو حتى يأكل أو يشرب وهو ابن التاسعة من الشهور وليس السنين.

إنـه يـريد أن يشعر بالأمن، إنه يريد أن يشعر بالقرب، ولكن الأب يـريد برفضه تلبية مطالب هذا الرضيع الصغير، هو أن يعوّده ألا يحصل على كل ما يريده حتى يصبح رجلاً، هذا المفهوم العجيب الشائع في أوساط الآباء والأمهات، وتجد إيماناً بهذا المبدأ يصل إلى درجـة الـتقديس، وشيوعاً يصل إلى درجة التواتر، لا ندري له أي مـصدر من مراجع التربية أو غيرها؛ حيث إن الطفل في هذه السن على العكس يجب أن يشعر أنه مقبول ممن حوله، وهذا الشعور يأتي بإحـساسه بأنه يحصل على ما يريد من حب وحنان وعطف ودفء، يظهر في حصوله على القرب من أمه، وعلى تلبية طلباته من طعام وشـراب ونـوم ونظافـة وحمايـة وتلاصق، عندها يشعر الطفل بالاطمئنان، وأن هذا المجتمع آمن ويستحق أن يثق فيه، وبالتالي يثق في نفسه.

وأيـضاً فـي رسالتك مفهوم خطير أحببت أن أقف عنده، وهو مفهـوم أن التـربية هي العقاب، حيث إن السؤال الوارد في رسالتك

هـــو: هل معاقبة الولد هي الطريقة المثلى للتربية؟! إن التربية شيء شامل وكبير يضم كل تعاملاتنا وسلوكنا مع الطفل.. والعقاب كوسيلة هو نقطة في بحر التربية.

لأن الـــبعض يتصور أن قيامه على تربية أطفاله يكون عقابهم ومحاســـبتهم على كل نفس يتنفسونه أو تصرّف يقومون به أو لفظة يقولونها؛ فهو الحارس الديدبان الذي لا ينام ولا يهدأ ولا تفوته شاردة مـــن تـــصرفات طفله بغير عقاب أو توجيه، وهو أمر خاطئ وغير صحيح، بل أيضاً له تأثيراته الضارة على شخصية الطفل، حيث ينشأ غيـــر واثـــق مـــن نفسه؛ حيث يشعر أنه لا يستطيع أن يقوم بشيء بمفـــرده، وأن كـــل تصرفاته وأفعاله محل الانتقاد والتقييم الدائم من أبويه.

وأيضاً يولّد هذا الأمر بعد قليل نوعاً من الرفض لهذا التضييق المستمر من أبويه؛ فيحدث لديه نوع من التمرد بحيث يصبح رافضاً لكل الأوامر والتوجيهات الصادرة من الأبوين حتى لو كانت صحيحة كنوع من التعويض لما يشعر به من ضغط مستمر، وهذا معنى مهم أردت أيضاً أن أوصله؛ لأنه أيضاً من المفاهيم الخاطئة الشائعة لدى كثير من الآباء والأمهات.

أما بالنسبة للكتب والمقالات؛ فنعتقد أن مواظبتك على متابعة صـــفحة الاستـــشارات التـــربوية بانتظام، وما يرد فيها من حلول عملـــية ونصائح تربوية سيساعدك كثيراً، خاصة إذا قرأتها بتمعن وتركيـــز فـــذلك سيساعدك مع عدم التعجل أو القلق الشديد الذي ينتاب كثيراً من آباء وأمهات الطفل الأول، حيث يريدون أن يفعلوا كـــل شـــيء وفي أقصر وقت لطفلهم، ولكن التربية عملية طويلة

صعبة مستمرة لا بد أن تأخذ حقها في الزمن والجهد بدون إفراط أو تفريط.

ولمـــزيد مـــن المعلـــومات المفـــيدة حول هذا الموضوع يمكن الرجوع إلى الموضوعات التالية بشبكة إسلام أون لاين:

ازرع حباً تجن برا

إعطاء الحنان لطفلك لا يعني تدليله

التوتر وفن تربية الأولاد

سيكولوجية الطفل سلامة نموّ الطفل في استقراره العائلي

طفلتي الأولى.. كيف أوجهها؟

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته.. أنا أم متزوجة منذ عامين ولديّ طفلة عمرها سنة وشهر، منذ أن حملت وأنا وأبوها منشغلان بأن نربي طفلنا تربية إسلامية ونفسية صحيحة، وكنت أعتقد أن الأمر يسير، ولكني فوجئت أنه ليس كذلك.

أحياناً لا أعرف كيف أتعامل في مواقف معينة مع ابنتي، فهي منذ فترة وهي لا تنصاع لما آمرها به من عدم الإمساك بأشياء معينة وعدم اللعب بها.

أحياناً أشعر أنها تفعله عمداً، وعندما آخذ منها هذه الأشياء تبكي بشدة وأحس أني أغضبتها جداً؛ لذلك أحياناً أتركها مع أني أعلم أن ذلك خطأ وأحياناً أطلبه منها وأصر حتى تعطيها لي وهي تبكي. وعندما تبكي لا أعرف كيف أتعامل معها.. هل أتجاهلها أم أصالحها؟

مشكلتي أني لا أعرف كيف أوجهها، ولا أعرف هل ما زالت صغيرة على التوجيه أم أن تلك السن هي بداية التربية؟ وما هي طريقة التوجيه الصحيحة؟ قد تبدو مشكلتي بسيطة ولكنها تؤرقني بشدة.. شكراً مقدماً على الاهتمام والرد.

هينار – مصر

الرد

المستشار: أ. دعاء ممدوح

وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته أختي الكريمة.. ومرحباً بك عضوة في نقابة الأمهات لأول مرة، ولعل رقة تعاملك مع ابنتك والبادية بين سطور سؤالك هي أكثر ما أكد لي أن الحيرة هي سمة مشتركة بين أغلب الأمهات لأول مرة، أو بمعنى آخر الرغبة في البحث عن الطريق الأمثل للطفل الأول ليكون نموذجاً لما يحلم به الوالدان، وهو بلا شك توجه ممتاز لا غبار عليه، لكنه غالباً ما يسبب للوالدين الواعيين الحيرة والتردد حتى يصلا لأفضل ما يستطيعان مع طفلهما الأول، ثم يحظى الثاني والثالث وما بعد ذلك باهتمام ربما يكون أقل، لكن غالباً ما يصقل التعامل مع ما يلي من الأطفال الخبرة.

وكم هو جميل أن تفكري في ابنتك منذ أن كانت جنيناً لتعدي لها أفضل وسائل التربية وتستعدي لاستقبالها بكل وعي وبنية خالصة، ولكن الإحباط من عدم استجابتها لأسلوبك معها أمر لا يعينك على الاستمرار، بل اسمحي لي أن الإحباط في التعامل مع الأبناء عموماً يسبب الفشل في التعامل معهم؛ لأنهم ببساطة ليسوا آلات بأزرار تحكم يمكن توجيهها كيفما نشاء.. صحيح أن هناك خطوطاً عريضة وقواعد عامة للتعامل مع الطفل.. ومع سلوكياته من عناد وعصبية وغيره، ولكن لا بد من مراعاة تميز وخصوصية واختلاف كل طفل عن الآخر، بل إنه حتى في تطبيق تلك القواعد لا بد من مراعاة هذا الاختلاف.

وأعطيك مثالاً بنفسي، فلديّ طفلة عمرها 6 سنوات وطفل

عمره عامان، وكلاهما على طرف النقيض من الآخر، فابنتي يحفزها جـداً نظام المكافأة مثلاً وتتشجع به، ومنذ كانت في عمر أخيها وهي تتأثر بنظرة العين فتفهم أن ما تفعله خطأ وتحجم عنه، أما أخوها فهو لا يقبل مطلقاً أن تربطي مكافأة له بفعل صحيح يفعله، أو أن أنظر له بحدة، أو أن أفعل أي شيء مما كنت أفعله مع أخته، فهو حساس جدّاً وعنـيد جدّاً، ولديه من الإباء ما يجعله يترفع عن مكافآتي إن كانت ستضعه تحت ضغط لينفذ ما أطلبه، وبالتالي فلكليهما أسلوب مختلف تماماً عن الآخر في التعامل مع أنهما شقيقان.

أخـرج من هذا أن ابنتك لها خصوصيتها عن غيرها بما يجعل الـتعامل معهـا يحـتاج لأن يـتفق مع ما يناسبها ويسعدها ويلائم شخـصيتها، لا مـا يجعلها تطيع الأوامر وحسب، وبالتالي فأنت في حاجة لدراسة تصرفاتها لمعرفة ما تحب وما يستهويها، وكيف يمكن اسـتمالتها لـك، هـل باللعـب أم بالاحتضان أم أن مفتاحها الهدايا والمكافـآت، أم أن لكـل موقف ما يناسبه، فهي عند غضبها يهدئها الاحتـضان، وعـند خطئها يشغلها اللعب، ولحثها على الخير تصلح المكافآت، وهكذا... وحين تتوصلين لمفتاحها بعد سلسلة من المواقف التي تتابعينها بعناية بغرض الرصد والدراسة تستطيعين استخدام تلك المفاتيح للتعامل مع كل موقف على حدة.

وتعالي نتناول مسألة عدم طاعتها وإصرارها على الإمساك بما تمنعينها من الإمساك به، ومما لا شك فيه أن الممنوع مرغوب، وأن نهـيك لهـا عن الإمساك بتلك الأشياء هو ما يخلق بداخلها إصراراً على استكشافها ربما لم يكن ليوجد لولا هذا النهي، ومن ثَم فالأصلح أن تحاولـي رفع هذه الأشياء إلى رفوف عالية مغلقة أو إبعادها عن

مجال استخدام ابنتك وتناولها، وحين تمسك بشيء منها مثلاً رغم كل الاحتياطات فأقبلي عليها برفق بدون نهي وبدون زجر، وبهدوء ولطف وملاعبة وبسمة حانية قولي لها: "أريني ماذا معك؟ الله! هيا نضعه معاً في مكانه"، مع تقبيل ليديها بحنو ورفق أو اللعب معها بهذا الشيء قليلاً، ثم إحضار بعض الألعاب من الحجرة وقولي لها هيا نلعب معاً فتنشغل معك وتضعه وتلعب معك، ويمكنك بعد فترة إعادة هذا الشيء لمكانه.

ولأني لا أعلم ما هو هذا الشيء، لكنه إذا كان ليس خطيراً كسكين مثلاً أو لا مشكلة في أن تمسكه فدعيها تمسك به وستتركه وحدها، واعلمي أن من أسوأ أساليب التربية الرقابة الساحقة على الطفل التي ترصد كل تحركاته وتمنعه من استكشاف ما حوله، فإن لمس هذا ممنوع، وإن حاول أن يفتح هذا ممنوع.. مع أنه لا بد أن يعرف وأن يستكشف وأن يخرّب قليلاً ليتعلم، ولا بد من توفير ما يلزم لذلك كألعاب بلاستيكية مثلاً تشبه الحقيقية (جهاز تليفون لعبة أو حقيقي ولكنه متعطل) فتمارس به هوايتها وتعبث به كما تشاء بحرية، دون إشعارها أن الحقيقي محظور.. وألعاب فك وتركيب تحل وتربط وتقذف بها كما تحب، وزجاجة بلاستيكية فارغة تضرب بها فتصدر صوتاً أو تقذفها.. هذا هو الأصل في سنها.. ومن يحتاج أن يحافظ على أغراضه فليخبئها أو يرفعها ويحضر لها بديلاً عنها.

ومما لا شك فيه أن بكاءها بشدة هو إصرار بشدة على حقها الذي لا تعلم كيف تدافع عنه إلا بالبكاء، وبالتالي فحاولي أن تتفاهمي معها كما وضّحت لك، ولكن ماذا لو بكت إصراراً على شيء؟

إن كـــان هذا الشيء ليس خطأ أو مؤذياً لها فاسمحي لها به وأرضـــها ولا تدعــيها تبكي، وإن كان خطأ فأبدليها عنه.. هكذا ببساطة دون إشعارها أنك خائفة من بكائها أو مهددة به، بل بأنك لا تــريدين لهـــا الحزن، وأنك تحاولين التفاهم معها لتعبّر عما تريد.. وســؤالها عنه برفق فتشجعينها على التعبير.. واحرصي أن يكون حديـــثك معها وأنت تقفين على ركبتيك وفي مستوى طولها وعينك فـــي عينــيها، وبكــل حنو تسألينها: "هل تريدين كذا؟".. "تحبين كـــذا؟".. حتى تفهمي منها ما تريد لتحققيه لها، مع إشعارها بأنك تحققين لها طلبها حبّاً لها وليس تخلصاً من البكاء والزن، والدليل أنـــك بعـــد تلبية طلبها وبعد انتهاء البكاء تلاطفينها وتلاعبينها بما طلبت، وهكذا...

أمـــا بالنـــسبة لتوجيهها في هذه السن فهو بالملاعبة والضحك والمـــصادقة، فهي مثلاً معك في المطبخ فتفهمينها أن هذا ساخن "يح" وهـــذا "مم" طعمه جميل، وهكذا فتوجيهها في هذه السن هو التعلم أن تـــتعلم صفات الأشياء، ومن ثَم هذا خطأ لأنه مؤذٍ، وهذا جميل لأنه مفـــيد، وبالاقتداء والمواقف التمثيلية تجدينها تتعلم وتفهم فتتوجه تلقاء الصحيح، وإن كانت ستحاول تجربة الخطأ مرات، ولكن لا مشكلة.. فقـــط انتبهـــي لـــئلا تؤذي نفسها ودعيها تنطلق.. وبالطبع فالمواقف التمثيلـــية ستنتجها قريحة أفكارك بوفرة بناء على احتكاكاتك اليومية مـــع ابنتك، وتفهمينها من هذه المواقف التي تنتحلين فيها شخصيتها وتمثّلـــين لها فيها ما تودين لها فعله أو الحذر منه باختصار وبهدوء وبإمتاع لها.

بالطـــبع لقد قمت بتوضيح بعض الأمثلة والأفكار؛ وذلك لأفتح

المجـــال أمامـــك لإنــــتاج المزيد، ولكن في ضوء التكيّف مع ابنتك وســـمات شخـــصيتها وليس تسييرها وتشغيلها.. ولأنك الأدرى بها والأكثر احتكاكاً بها فيمكنك فهم تميّزها والتعامل معها وفقاً له.

وأخيراً.. أستودعك رعاية الله على أمل بلقاء قريب، ومزيد من الاستفسارات والمتابعات.. وأرجو موافاتي بنتائج تطبيق ما اقترحت علـــيك، ومـــا تجدينه غير مناسب أو أحرز نتائج مرضية؛ ليظل ما نقدمه دائماً محلاً للتنفيذ وليس التنظير.. وشكراً لك.

توكيل الأمومة.. زرع لا حصاد له

السلام عليكم ورحمة الله.. لديَّ طفلتان توءمان عمرهما سنة وشهران، يقيمان مع أمي وأبي وأختي، وآخذهما إلى بيتي في عطلة نهاية الأسبوع. المشكلة أن إيمان مرتبطة بي ارتباطاً شديداً، ومروة ليس كثيراً، فإيمان لا تريد أن تتركني وإذا حملت أختها تغضب وتطالبني بحملها، أما مروة فإذا أنزلتها ولم أحملها لم تغضب (إلا قليلاً جدّاً)، ولم تبالِ كثيراً، بل تذهب عند أمي، وهي متعلقة بها أكثر مني أو تذهب عند والدها، أرجو منكم أن تنصحوني هل أبقى في تعاملي هكذا معهما أم أساوي بينهما رغم أن مروة لا تعيرني اهتماماً كبيراً؟ وللإشارة فإن إيمان هي التي كانت ترضع مني أكثر في الشهور الأولى بخلاف مروة. أرجو أن تعطوني نصائح بخصوص تربية التوءم حتى لا تحصل الغيرة وتؤدي إلى عداوة أو كره، وجزاكم الله خيراً.

ناديا – المغرب

الرد

المستشار: د. منى أحمد البصيلي

توصي الدراسات العلمية الحديثة بضرورة عودة العلاقة بين الأم والطفل في شهوره الأولى إلى قوتها وعاطفتها كما كانت قديماً، بدءاً من عودة الرضاعة الطبيعية والتوصية بنوم الطفل بجانب أمه، وإرضاعه وحمله في أحضانها في أي ساعات من

ساعات الليل والنهار، وانتهاء بما توصي به النظريات الحديثة الآن بوضع الطفل ملامساً لصدر أمه، وملصقاً جلده بجلدها بعد ½ ساعة فقط من الولادة، وذلك حتى تبدأ علاقته وارتباطه بأمه، ويبدأ شعوره بالأمان والثقة في العالم منذ اللحظة الأولى في حياته، وذلك في اطمئنانه لوجود هذا المخلوق الرائع بجانبه (الأم)، تحميه وترعاه.

ليشعر أن الحبل السُّري الذي كان يربطه بها لم ينقطع، ولكي تتحول إلى صورة أخرى في الرعاية، والاهتمام، والتواصل، والتفاهم، وليكون هذا اللقاء وهذه الرشفة الأولى من لبن الأم هو حجر الأساس الذي تنبني عليه علاقة واعية هادفة مع الأم طوال العمر.

إن الأمومة - يا سيدتي - هي منظومة متكاملة في الرعاية، والتربية، والحنان، والحب، والعطاء، والحزم، والاهتمام، والتوجيه، بل وحتى العقاب، والمراقبة، والمتابعة، والمجهود المتواصل ليلا ونهارا، كل هذا في تكامل وتناسق يساوي عند الطفل الأم، عندما يريد شيئاً يقول ماما، وعندما يجوع يقول ماما، وعندما يخاف يقول ماما، وعندما يلعب يقول ماما، وحتى عندما يخطئ ينادي ماما.

وهذه المسؤوليات لا يمكن تقسيمها أو إنابة أي شخص آخر للقيام بها، بل ليس من حق الأم التنازل عن هذا الدور لأحد مهما كان؛ لأنه لا أحد يمكن أن يقوم بهذا الدور بنفس الكفاءة مثلها.

يا عزيزتي الأم.. إن إيمان ومروة تعيشان في حالة من التشتت والجو الأسري غير الطبيعي بدون مبرر واضح لديهما، فإنهما

يحــرمان مــن الــتواجد الطبيعي مع أمهما وأبيهما في جو الأسرة الطبيعـــي طوال الأسبوع، ثم في نهاية الأسبوع يجدان نفسيهما فجأة مع أمهما وأبيهما، ويذوقان طعم الأسرة والاستقرار، وما إن يطمئنان بـــذلك حتـــى يعــودا ثانـــية عند جدتهما وجدهما، ويظلان ينتظران عودتهما إليك مرة أخرى، وعندما يكونان عندك يستولي عليهما القلق فـــي اللحظـــة التي سيحرمان فيها منك ثانية. وإياك أن تتخيلي أنهما صـــغيرتان لا يدركان هذه المعاني، ولا يميزان بين وجودهما عندك أو عـــند جـــدتهما، فهذه هي السذاجة بعينها، فالطفل منذ اليوم الأول يعـــرف والدتـــه، ويشعر بها، ويطمئن في أحضانها، فكيف بمن بلغا سنة كاملة من العمر.

أنت تقلقك فقط حالة مروة لتجاهلها لك، وبُعدها عنك، ولكن لم يلفت نظرك حالة إيمان وهي الارتباط الشديد بك.

الواقع أن حالة إيمان ومروة وجهان لعملة واحدة، وهي الضغط النفـــسي الشديد، والقلق، والتوتر، والخوف، وعدم الشعور بالأمان؛ لـــبعدك عـــنهما وبعـــد والدهما عنهما، وافتقادهما للاستقرار والجو الأسري الدافئ الطبيعي لأي طفل، ولكن كل منهما تعبِّر عنه بطريقة مختلفة عن الأخرى، ففي الوقت الذي أخرجت فيه مروة هذا الضغط النفـــسي والكبت في صورة تجاهل لك، وهذا أمر في غاية الصعوبة بالنسبة لها أن تتجاهل أمها وتهملها هكذا.

ولكـــن لعلـــك تدركين مدى ما تعانيه من ضغط نفسي.. عبَّرت إيمـــان عن مشاعرها بالارتباط الزائد بك خوفاً من أن تفقدك، فعندما تراك تريد أن تلتصق بك، ولا تتركك أبداً، ولا تريدك أن تشغل بأي شيء سواها، وذلك خوفاً في اللحظة التي ستحرم فيها منك ثانية، إن

الطفلتان تعانيان من نفس الدرجة من الخوف، والقلق، وعدم الاستقرار، ولكن كل منهما تعبِّر عنه بطريقة مختلفة، وكلتاهما تدقان لك جرس الإنذار؛ لتتداركي الأمر، وتصلحي الوضع قبل أن تفقدي علاقتك الطبيعية بهما إلى الأبد.

فهما يشعران الآن أنك تهملينهما، وتهتمين بحياتك أكثر منهما، وفي لحظة معينة سيقرران تجاهلك تماماً، وعدم انتظار عودة العلاقة الطبيعة معك، وستعتبر كل منهما نفسها مسؤولة عن نفسها، مسؤولة عن حياتها، ولن تسمح لك بالتدخل في شؤونها، أو التواصل معها، فكما حرمتهما من حنان الأمومة سيحرمانك من متعة البنوّة بعد ذلك، فليس من حقك حصاد ما لم تتعبي فيه وتزرعيه.

وما نراه اليوم في علاقات شائهة ومكسورة بين الأمهات والآباء وأولادهم، ونماذج العنف، والعدوانية، والضياع، وكراهية المجتمع إلا نماذج نتائج لهذا النوع من التربية.

يا سيدتي.. الأمر لا يزال بيدك، فمروة وإيمان لا تزالان صغيرتين، ويمكن إصلاح الأمر، ولكن لا بد أن تبدئي فوراً مهما كانت الظروف، ومهما كانت التضحيات. لا بد من عودة الطفلتين إلى حضنك وحضن أبيهما، وإلى حياتهما الأسرية المستقرة. لا بد أن يعيشا بين أب وأم يهتمان بهما، ويرعيانهما، ويوجِّهانهما طوال الوقت.. إن الأمومة واجب ومسؤولية، وليست ملكية خاصة من حقك توكيل من ينوب عنك لأدائها.

خذيهما في حضنك، وادعيهما، وأعطيهما من حبك وحنانك واهتمامك لينشآ شخصيات سوية مستقرة نفسيّاً، قادرة على العطاء، والنجاح، والتعامل مع المجتمع. ربّيهما، ووجِّهيهما، واغرسي فيهما

القـــيم والمـــبادئ والأفكار.. قولي لهما هذا صحيح وهذا خطأ.. هذا حلال وهذا حرام..

ليكون من حقك عندما ينجحان في حياتهما بعد ذلك أن تقولي أنـــا أمهمـــا التـــي تعـــبت وسهرت لأربِّيهما، وأقدمهما للمجتمع شخصيات ناجحة، استمتعي بأمومتك لهما، فإنها متعة لا تضاهيها مـــتعة أخرى.. بارك الله لك فيهما، وأعانك على حسن تربيتهما، ورزقك برهما.

سنة أولى أمومة.. حيرة ومتعة

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته، شكراً جزيلاً لجميع المساهمين فـــي هــذا العمل الممتاز، أما بعد.. أكمل طفلي والحمد لله عامه الأول، وهــو ينطق ببعض الحروف والكلمات القصيرة التي لا أدري هل لها معنـــى أم هي مجرد حروف عشوائية، مثل: (دددد، أده، حته، تته). أريد من سيادتكم بعض الاستفسارات: 1 - ما هي عدد الكلمات التي من المفروض أن ينطق به طفلي في مثل هذا العمر، ومتى أقول إنه متأخــر فـــي الـــنطق؟ 2 - مـــا هو دوري في تنمية هذه الناحية، ومـــساهمتي في تطوير النطق عند طفلي وبطريقة صحيحة؟ 3 - ما هي الألعاب المفيدة التي يمكن أن تنمي تفكيره وإدراكه؟ 4 - ما هو الأسلوب الأمثل في عقاب طفلي إذا أخطأ، أو بمعنى أصحّ توجيهه؟ مـــع العلـــم بأنه ذكي جدّاً، وأُحسُّ بأنه يفهمني جيداً إذا غضبت منه، ويتوقف للحظة عما يفعل، ولكنه يعود مجدداً إلى نفس الفعل، وهكذا كـــل مـــرة. 5 - كيف أجعله يطيعني ويحترمني في مثل هذه السن؟ شكراً لكم، وجزاكم الله خيراً، والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

أم أسامة - سلطنة عمان

الرد

المستشار: د. سحر طلعت & أ. مي حجازي

أختـــي الكريمة أم أسامة، وعليكم السلام ورحمة الله وبركاته،، كـــل عـــام وطفلـــنا الجميل الشجاع بإذن الله أسامة بصحة وسلامة

وعافية، جعله الله ككل من تسمَّى على اسمهم كالصحابي الجليل "أسامة بن زيد" ابن حبِّ رسول الله (ﷺ).

على طول أسئلتك إلا أنني عندما راجعت وجودك في بلد غير بلدك وأن طفلك هو البكر.. أشفقت على حيرتك، وبحثت عمن يطفئ ظمأك إلى المعرفة، فبعثت بسؤالك إلى مستشارين الدكتورة سحر صلاح مختصة التخاطب، والأستاذة مي ماجستير في الإرشاد الأسري.

ودعينا نبدأ الإجابة عن أسئلتك بترتيبها:

أولاً فيما يتعلق بالسؤالين الأول والثاني فتؤكد الدكتورة سحر، على أن المعيار في الحكم على هذا الأمر هو سلامة حواس الطفل "السمع، وجهاز النطق، وذكاء الطفل"، فهي تعتبر مداخل المعلومات الخاصة بتعلم اللغة خصوصاً بالنسبة للطفل، وطالما أن هذه الحواس سليمة فإن الطفل يستطيع اكتساب اللغة بكل سهولة وبساطة، فالأمر يتم كالتالي:

كلمات يسمعها الطفل مما يدور في المحيط الذي يتعامل معه، ويقوم بتخزينها في ذاكرته، ثم يقوم بإخراجها عندما يشعر بأنه قادر على إخراجها، وعندما يجد أنها مناسبة.

وككل مظاهر النمو الأخرى لدى الأطفال يحتفظ كل طفل بتفرده في وصوله إلى مرحلة النضج فيها، فكما أن هناك اختلافاً بين طفل وآخر في التسنين، فطفل يبدأ في التسنين عند 6 أشهر وآخر عند 9 أشهر.. فإن الأطفال كذلك يختلفون في موعد تخاطبهم، فلا تقلقي إن تأخر قليلاً ما دامت حواسه سليمة، فهو يختزن كل ملاغاتك له، وسيطلقها في الوقت المناسب.

وتعتبر مرحلة نهاية العام الأول وبداية الثاني مرحلة نطق الكلمات المفردة، وهي على كلٍّ كلمات قليلة مع ذلك، مثل: "ماما.. بابا.. آبوه..".

وعلى كل فطفلك على ما شرحته طفل طبيعي جدّاً ولا داعي للقلق؛ لأن هذا القلق سينعكس سلباً على حياتك، وعلى طفلك، واستمتاعك به، فعندما يقلق الإنسان حيال أمر ما فإنه يصنع منه مشكلة له ولمن حوله، وما يطمئن أكثر أن طفلك يلاغيك، وهي ظاهرة طيبة مطمئنة في هذه السن.

أما عن دورك في تطوير النطق عند طفلك فيكون بإدارة حوار دائم ومستمر معه، تلعبين فيه دور المرشد السياحي في تعريفه على العالم من حوله، فمثلاً دائماً قومي بتسمية الأشياء له بأسمائها.. كل شيء من حوله، حتى انفعالاتك سمِّها له دائماً.. حدثيه حديث الأصدقاء.. وسيخرج ما تعلّمه منك عندما يكون مستعداً نفسيّاً وعضويّاً لذلك.. هو غاية ما يمكن أن تقومي به – في هذه المرحلة لتنمية هذه الناحية عنده –.. لا تقلقي.. إلى هنا ينتهي كلام الدكتورة سحر طلعت.

وتجيب الأستاذة مي عن بقية أسئلتك بقولها:

مبدئيّاً فإن المطلوب في هذه السن كاحتياج أساسي للطفل هو الحب، والحاجة إلى الدفء، وملء البنية النفسية لهذا الطفل على اعتبار أنه مع نهاية السنة الأولى تبدأ البنية النفسية للطفل في التكوين، وأعني بالبنية النفسية "بدء تأويل عقل الطفل للأحداث المحيطة به".

ولهذا أنصحك سيدتي، وكل أم تخوض هذه التجربة بأن تقوم

علاقـــة ودودة بابـــنها تقـــيم فـــيها حـــواراً مستمرّاً بينهما بالعيون، والإشارات، وبالملامسة، وبملامح الوجه، وبنبرات الصوت، وبالضم إلى الصدر، والتقبيل.. تشغلين فيها أوقاته بالمداعبة، وببعض الألعاب التـــي تصدر أصواتاً وحركات، ولا يهم كثرة عدد الألعاب ولا غلوّ ثمنها وتعقد تركيبها، فالكم الصغير في هذه المرحلة أفضل، ويُكْسب الطفل نوعاً من التركيز.

– وكما قلت من أن عقل الطفل يبدأ في هذه المرحلة في تأويل الأحـــداث التـــي يمرُّ بها ويتعرض لها سواء بالسمع أو البصر، فإنه يحاكي بذلك المحيط الذي يعيش فيه بدون قصد، فنجده يحاكي سلوك الأم وتصرفاتها واهتماماتها بطريقة بسيطة، فإذا كنت تحرصين على نظافة كل البيت وأشيائه خاصة، فستجدينه وقد نشأ محبّاً للحفاظ على نظافـــته، وعلى نظافة أشيائه.. وهكذا في باقي السلوكيات، حتى إنه يـــصل إلى محاكاة انفعالاتك أنت ووالده، فإذا كنتما تتحدثان بصوت مـــنخفض هـــادئ أو مرتفع فستجدونه يضبط طبقة صوته على نفس ارتفاعكمـــا، وبالتالي ننصحكما بإحاطته بالهدوء، وبكل ما هو جميل من حوله، وأن تبعدا عن العصبية معه.

– أما فيما يتعلق بسؤالك عن طريقة جعله يحبك ويحترمك:

فإنه أمر غير مستقل بذاته عما أوضحته لك سابقاً، بل هو تابع لحـــبك لـــه، واحتوائك وإشباعك لحاجاته النفسية والأساسية، كل ما عليك هو أن تعطيه من جهدك ووقتك ولا تنشغلي عنه، ولكن كل هذا باعتدال، ودون تفريط أو تدليل يقلب الأمور.

– والـــشيء الثاني أن "تحبيه حبّاً غير مشروط" أن تصولي له رســـالة مفادهـــا "أحبك لأنك ابني بشكل عام"، لا لأنك أصبحت كما

أتمنـــى، وهـــذا سيعينك على تقبّل أي استعداد وراثي ستجدينه فيه، ويجعلك أهدى في التعامل معه.

فمثلاً إذا وجدت عنده استعداداً وراثيّاً لسِمَة لا تحبِّينها مثل العِنْد مثلاً أو الالتصاق بك بشدَّة ورثها منك أو أبيه أو أهلكم.. فتقبّلي هذا، ولا تلفتـــي نظره له، فمثلاً تقولين له: "أنت عنيد مثل بابا أو عبوس مثل خالو... إلخ"، فليس له ذنب في أي استعداد وراثي قد يخلق به، فلا ترفضيه وتحمّليه، بل قومي بتوجيهه لا تغييره.

- أيضاً سيعينك هذا على عدم إسقاط رغباتك واحتياجاتك على طفلـــك قدر الإمكان، وسيعينك على بناء فاصل بين رغباته ورغباتك تتقبلين طبيعته وتهذّبين منها.

ســـيدتي الكريمة.. الأم الصغيرة، إذا نجحت فيما سبق فتأكدي بعـــد مـــشيئة الله تعالى أنك تؤسسين بناية علاقتك الطيبة مع طفلك، وتأكـــدي أن إمكانـــياته العقلية ستتفتح وبشكل مُرْضٍ جدّاً في الوقت المناســـب، بمراعاة احتياجاته، وتوفير الألعاب التي يحب اللعب بها، وتوفيـــر أكبـــر قدر من الألعاب التي تحتاج إلى حركة وإلى انتباه، ومـــنها الألعـــاب التي تصدر موسيقى هادئة، واجعلي منطلق اللعب رغبـــته الحقيقـــية، هو في لعب الألعاب التي يحبها والتي تسمح له بالتعرف أكثر على العالم.

أعانك الله وأعان كل أم تخوض هذه التجربة التي تحمل المتعة والمشقة معاً.



المرجع المفيد لكلّ أب وأمّ

من بين زخم المشاكل المتنوعة يُطل علينا بين الحين والآخر- من أمهات وآباء يحيون أولى تجارب الأبوة والأمومة- طيف من الاستشارات، هال بعضًا منهم كمّ المشاكل التي يطالعونها على صفحتنا أو صفحة الحياة فتطلعوا إلى تلافي هذه الصعاب مع أطفالهم.

وهذا الكتاب يبدو من الوهلة الأولى أنه يعرض لمجموعة من المشاكل، لكنه في الأساس يهدف إلى أن يكون ذا طبيعة وقائية وإفهامية: وقائية لكل أب وأم يستقبلان مسؤولية الوالدية لأول مرة، وإفهامية لكل والد لديه طفل يعاني مع والديه من مشكلات لا يفهم الآباء لها سببًا.

إنه باختصار يدعونا إلى المصالحة التربوية مع أنفسنا؛ فيصحح من فاته الاستعداد لرحلة التربية مساره، ويستعد كل أب وأمّ على أعتاب «سنة أولى أمومة» أو يحيونها.





ص. ب. 5574-13 شوران 2050-1102
بيروت – لبنان
هاتف: 785107/8 (1-961+)
فاكس: 786230 (1-961+)
البريد الإلكتروني: asp@asp.com.lb

الدار العربية للعلوم ـ ناشرون
Arab Scientific Publishers, Inc.
www.asp.com.lb - www.aspbooks.com